MỤC LỤC

Để có được đầy đủ những tài liệu, phần mềm chăm sóc bé yêu của bạn một cách tốt nhất, xin vui lòng liên hệ:
Nguyễn Trung Hoà
Mobile: 0985017089
YahooMessenger: ngtrunghoa108
Skype: ngtrunghoa108

Chúc gia đình bạn và bé luôn vui, khoẻ, hạnh phúc!

CÁC GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN TÂM LÝ TRẺ EM

Tâm lý trẻ trước và sau khi sinh

Trong thời kỳ mang thai, bà mẹ tránh lo âu, thất vọng. Như thế, bé ra đời mới khoẻ mạnh, không bị rối loạn tâm lý. Trước khi ra đời, bé và mẹ là một khối thống nhất. Bé cùng ăn, cùng ngủ, cùng có những cảm xúc thay đổi giống mẹ. Nếu trong thời kỳ mang thai, người mẹ thường buồn bã, lo âu, đứa bé sinh ra có thể gặp những vấn đề tâm lý như quá hiếu động, thụ động hoặc nặng hơn có thể dẫn đến tự kỷ rất cao.

Trong bụng mẹ Bé có khả năng gì?

- Khả năng nghe: Từ 6 tháng, trong bụng mẹ, bé đã có thể nghe được tiếng nói, nhịp tim của mẹ cũngnhư âm thanh bên ngoài.

Những thực ngiệm của các nhà tâm lý Pháp cho thấy, ngay từ khi mới ra đời, đứa bé đã cử động đáp ứng với tiếng gọi của mẹ. Với giọng người khác, bé nằm yên.

Tại Nhật Bản có cuộc thử nghiệm với những trẻ sống gần sân bay. Sau khi ra đời, bé vẫn ngủ yên khi có tiếng ồn của máy bay trong khi những trẻ khác giật mình thức dậy.

Đối với trẻ sinh non, hiện nay, người ta thường áp dụng phương pháp kang-gu-ru, ấp bé trước ngực. Cách này tốt hơn lồng ấp, giảm tỷ lệ tử vong do nhiễm trùng.

Về mặt tâm lý, bé được tiếp xúc trực tiếp với da thịt mẹ, nghe những âm thanh quen thuộc từ lúc trong bụng mẹ như: nhịp tim, âm sắc, giọng nói của mẹ...

- Khả năng nhìn: Thị giác là cơ quan xuất hiện rất sớm. Khi kích thích ánh sáng, bé nhắm mắt lại.

- Vị giác: Khi mẹ ăn thức ăn ngọt nhiều, khả năng nuốt của bé tăng lên. Với chất mặn thì ngược lại.

- Xúc giác: Bé có khả năng xác nhận đau đớn khi bị kích thích.

Sau khi ra đời - Gia đình có vai trò gì?

Sau khi ra đời, những giác quan này càng phát triển. Cùng với hệ thần kinh, bé có thêm cơ quan khứu giác. Vì thế, khi gặp mùi không thích, bé quay mặt đi.

Cách cho con bú: Tốt nhất, nên cho bé bú sữa mẹ. Khi cho bú, người mẹ phải thoải mái về tâm lý, chỉ nghĩ về con. Tư thế phải thoải mái, không ép bé bú. Nếu bé ọc, ngưng cho bú ngay, ôm bé vào lòng vỗ về, vuốt ve.

Trao đổi bằng mắt: Trong khi chăm sóc, nhìn thẳng vào mắt bé.

Trao đổi qua giọng nói: Thường xuyên nói chuyện với bé, giọng chậm, âm điệu dịu dàng. Bé sẽ dùng tiếng khóc của mình để trả lời mẹ. Mẹ cố gắng hiểu được những yêu cầu của bé.

Tuy nhiên, người mẹ cần lưu ý: bé khóc do nhiều nguyên nhân (do đói bụng, giận hờn, ấm ứ, giả vờ, bệnh...)

Thời gian gần gũi sau sinh: Lúc ở trong bụng mẹ, bé được mẹ làm hộ tất cả: từ ăn, uống, ủ ấm, giữ an toàn.

Khi ra đời, bé bị tách khỏi mẹ. Về mặt sinh học, đây là cú sốc tâm lý đầu tiên của bé. Vì thế, thời gian gần gũi của mẹ với bé sơ sinh rất quan trọng, ít nhất là 4-6 tháng đầu đời. Nếu mẹ quá bận, nên thu xếp vắng mặt trong thời gian bé ngủ hoặc cố gắng ở bên con sau giờ làm việc.

Vai trò của bố và gia đình: Sự có mặt thường xuyên, động viên, an ủi của bố sẽ giúp cho mẹ yên tâm, ổn định về tâm lý.

Trong giai đoạn sơ sinh, người bố có ảnh hưởng gián tiếp đến bé thông qua người mẹ.

Chúng ta đều biết rằng, bé là một cá nhân độc lập. Để giúp bé phát triển tâm lý tốt, bố mẹ phải được trang bị những kiến thức cơ

bản về tâm lý, tránh những phiền nhiễu không đáng có đối với đứa con thân yêu của mình.

Mách bạn: Kiểm tra tâm lý bé tại:

- Khoa Tâm lý Trẻ em, Bệnh viện Nhi đồng II, 14 Lý Tự Trọng, Q1, TPHCM

- Viện Nhi, Láng Thượng, Hà Nội

(Chi phí tùy loại trị liệu)

Nụ cười hòa nhập xã hội

Nụ cười đầu tiên của bé mang lại niềm hạnh phúc vô bờ cho những người buổi đầu làm cha mẹ. Sau những tuần bé khóc, ngủ, và phát triển khá nhanh, bỗng nhiên em bé nhìn bạn và mỉm cười với ánh mắt trong sáng. Đối với bé, đây chính là khởi điểm của sự hòa nhập xã hội. Đối với một số cha mẹ, đã kiệt sức vì những đêm thức trắng và tất bật suốt ngày chăm sóc bé thì nụ cười đầu tiên của bé làm cho họ cảm động vô cùng và đó là lúc tình yêu thương dành cho bé tràn ngập trong lòng.

Khi nào bé cười?

Nụ cười hoà nhập thường xuất hiện khoảng giữa tuần thứ tư và tuần thứ sáu. Trước khoảng thời gian này, đôi lúc bạn có cảm giác là bé cười nhưng đó chỉ là những nụ cười không có chủ ý do bé no sữa hay đi tiểu. Nụ cười thực sự của bé là khi chúng cười to hơn và lâu hơn nụ cười thoáng qua của bé lúc mới sinh, một đặc điểm để nhận ra là ánh mắt của trẻ lanh lợi và nhìn thẳng vào bạn khi nó cười.

Đầu tiên trẻ sẽ cười với bất kỳ người quen hay người lạ – mỉm cười với cả cái mặt nạ nhăn nhó. Sau một vài tháng, bé chỉ cười với những người mà chúng biết và không có phản ứng với những khuôn mặt mà chúng cảm thấy không quen.

Để trẻ cười nhiều hơn

Cách dễ nhất để khuyến khích cho bé cười là hãy nhìn bé âu yếm và cười với bé. Khuôn mặt ấm áp và thân thương của bạn sẽ làm cho bé an lòng và vui vẻ mỉm cười.

Con bạn và phong cách riêng của bé

Là cha mẹ, chúng ta nên quan sát và lắng nghe phong cách riêng của con mình. Không nên so sánh tính cách con mình với những bé khác.

Mục đích chính của việc thông hiểu các suy nghĩ cũng như các phản ứng của bé khi bé diễn đạt ý mình là giúp người lớn nhận biết cá tính của em bé đó. Thật tuyệt vời khi hiểu được con mình nhận thức môi trường xung quanh như thế nào và cách bé phản ứng lại các tác nhân kích thích xung quanh bé ra sao. Đây là bước đầu quan trọng giúp bạn hiểu được cá tính của bé. Sự thông hiểu này mở ra một cánh cửa cho bạn thấy rõ tính cách của con mình sau này.

Mỗi bé đòi hỏi mỗi cách dỗ dành khác nhau và cũng phản ứng khác nhau khi đói hoặc cảm thấy khó chịu. Mỗi bé phản ứng lại sự thay đổi nhiệt độ một cách khác nhau, và cách từng bé đối xử và tương tác với người săn sóc mình cũng khác nhau. Bạn không nên so sánh tính cách của con mình với những đứa trẻ khác. Tốt hơn, chúng ta nên quan sát, lắng nghe phong cách riêng biệt của con mình.

Có thể theo dõi cá tính này ngay từ những tuần lễ đầu tiên sau khi bé chào đời. Bé nhu mì, trầm tĩnh hay sôi nổi hoạt bát? Trước sự kiện mới, ví dụ như lần đầu tiên được tắm, bé có nhút nhát không? Hoặc bé có thích thú trước sự kiện mới mẻ đó? Càng lưu ý những dấu hiệu này của bé, bạn sẽ biết rõ các ứng xử thích hợp với cá tính riêng của bé. Càng chăm chú lắng nghe, bạn sẽ càng đoán trước được nhiều cách ứng xử của bé trong những tháng ngày sắp tới và trong tương lai sau này.

Muốn biết thêm chi tiết, hãy làm trắc nghiệm cho con bạn.

Tìm hiểu tâm lý trẻ em

Tâm lý học là một khoa học tìm hiểu về ý thức con người để biết mình biết người, biết ứng xử cho hợp tình hợp lý, biết sống một cách hài hòa và sung mãn, để trưởng thành tốt đẹp, tương ứng với từng lứa tuổi, và tránh được những thất bại trên đường đời.

Đó là một khoa học về con người với những suy tư và hành động, cảm nhận và tương tác, bên trong và bên ngoài, chiều sâu và chiều rộng. Tất cả đều được quan sát, mô tả và giải thích, đối chiếu với thực tế kinh nghiệm chung của xã hội, của nhân loại.

Từ lâu, trên thế giới, khoa Tâm lý học đã phát triển, củng cố và đem lại nhiều kết quả to lớn cho hầu như tất cả các ngành khoa học xã hội và tự nhiên của nhân loại. Tâm lý học được định nghĩa nhiều cách để chúng ta có thể thấu đáo được hết mọi khía cạnh như trên.

Như thế, tâm lý chính là cuộc sống con người với muôn hình muôn dạng, đầy bí nhiệm, rất khó khám phá và không bao giờ có thể hiểu cho trọn vẹn, bởi đối tượng của nó là con người, luôn chuyển biến, lớn lên và triển nở về thân xác lẫn tinh thần.

Tìm hiểu tâm lý trẻ em:

Trong chừng mực của vấn đề giáo dục thanh thiếu niên và thiếu nhi, các nhà sư phạm và giáo dục cũng sẽ không thể nào bỏ qua, không tìm hiểu khoa Tâm lý học đặc biệt đối với từng lứa tuổi các em.

Chúng ta sẽ lần lượt nghiên cứu dựa vào những thành quả quý giá, tích lũy từ bao thời, của bao người cũng như chính các nét đặc thù truyền thống của dân tộc Việt Nam chúng ta nữa.

Ngoài ra, mỗi người chúng ta cũng nên đối chiếu lại với chính kinh nghiệm thời thơ ấu và niên thiếu của mình, những gì mình đã bị gánh chịu thiệt thòi, cũng như những gì mình đã may mắn được đón nhận.

Xin hãy luôn nhớ: bản thân mỗi người chúng ta đều từng là một đứa trẻ nhỏ. Vậy, xin đừng biến các trẻ nhỏ hôm nay thành “những ông cụ non”, các “bà thánh nhỏ”, nghĩa là bắt các em phải rập khuôn về tâm lý và luân lý theo kiểu người lớn, một điều mà ngày xưa chính chúng ta đã bực bội khó chịu và âm thầm đề kháng mỗi khi bị áp đặt!

Bạn có thể lần lượt tìm hiểu tâm lý các em ở từng độ tuổi thể lý.

Tâm lý lứa tuổi ấu nhi (1 –3 tuổi)

Trong thực tế, ở độ tuổi này, các em vẫn còn hoàn toàn thuộc vào vòng tay chăm sóc và giáo dục của bố mẹ và anh chị trong gia đình các em. Thế nhưng, nếu con bạn đã qua tuổi này mà đến bây giờ bạn mới quan tâm thì vẫn cần nghiên cứu thấu đáo giai đoạn này để có thể hiểu được các diễn biến tâm lý nơi cháu bé. Nơi mỗi một con người luôn có sự phát triển liên tục từ độ tuổi này sang độ tuổi khác, cái trước làm tiền đề cho cái sau kế thừa.

Với lứa tuổi ấu nhi: Các nhà chuyên môn gọi giai đoạn tâm lý này là Première Enfance, bởi từ đây, đứa bé bắt đầu "thôi nôi", lẫm chẫm tập đi những bước đầu đời, đưa tay sờ nắm bất cứ vật gì nằm trong tầm tay, dõi mắt khám phá những khung cảnh tương đối xa hơn và hoàn toàn mới lạ, phạm vi tương quan tiếp xúc với người khác cũng rộng hơn chứ không chỉ dừng lại nơi vòng tay người mẹ. Do vậy, cần chuẩn bị cho bé một không gian và môi trường an toàn, khoáng đãng, không ô nhiễm về tiếng động và khí thở, có nhiều đồ vật tròn trĩnh, dễ thương, nhiều màu sắc hài hòa mà hấp dẫn.

Ngoài ra, bầu khí tương quan chung quanh phải nhất thiết là sự trìu mến, yêu thương, hạnh phúc. Giấc ngủ của các em có thể được nâng niu bằng âm nhạc, nhất là những điệu ru hời dân gian Việt Nam và nhạc cổ điển êm dịu của Tây phương...

Tóm lại, đây là thời kỳ của những giác động (sensori motrice) mở ra cho các em những tiếp xúc vật chất và những tương quan nhân vị, chủ yếu dựa vào ngũ giác (nhìn, nghe, ngửi, nếm, sờ) vượt trội hơn hẳn giai đoạn bé còn nằm trong nôi hoặc được bồng ẵm trên tay của người lớn.

Cũng cần phải nhìn nhận rằng: điều gì đã là khởi đầu thì tất yếu sẽ là nền tảng hết sức quan trọng cho tương lai. Ngay trước lứa tuổi ấu nhi này, các nhà chuyên môn đang mở ra một giai đoạn ngược về thời kỳ đứa bé còn nằm trong bụng mẹ để khởi sự việc giáo dục một cách gián tiếp bằng khoa Thai Giáo.

Tâm lý lứa tuổi nhi đồng (3 –7 tuổi)

Bước vào giai đoạn này, các nhà chuyên môn gọi là giai đoạn Deuxième Enfance, bởi các em có thể đã được gửi vào nhà trẻ, vườn trẻ và sau đó bắt đầu vào các lớp mẫu giáo: mầm, chồi, lá.

Tại các nước tiên tiến, phong trào Hướng Đạo mới đây đã thêm ngành Nhi, đặt trước các ngành Ấu, Thiếu, Kha, Tráng vốn đã có từ lâu. Riêng ở Việt Nam, việc thử nghiệm ngành Nhi cũng đã được khởi sự.

Việc sớm đưa các em đến trường, cho sinh hoạt tập thể..., gạt ra ngoài lý do không đáng khuyến khích là bố mẹ các em chỉ muốn đùn cho xã hội phải lo thay để mình còn rảnh tay làm ăn và giải trí, thì phương cách này có những giá trị tích cực. Đây là dịp để các em được mở rộng tiếp xúc nhiều hơn nữa với thế giới chung quanh muôn màu muôn vẻ, đồng thời các em được các cô bảo mẫu, các thầy cô giáo mẫu giáo có lương tâm tập tành cho các em một số những đức tính, những thói quen, tập quán tốt.

Thế nhưng, ngoài thời gian đi nhà trẻ hoặc mẫu giáo, thì không gian, thời gian và bầu khí sống chính yếu của các em vẫn là gia đình. Đây là thời kỳ các em phải trải qua một cơn khủng hoảng tâm lý tương đối nhẹ nhàng để tự củng cố cái Tôi (le Moi) của mình.

- Các em bắt đầu ý thức được rằng mình có thể cưỡng chống lại tất cả những gì xem ra người lớn muốn áp đặt lên tự do của mình. Sau một đôi lần thành công, các em sẽ tìm cách tận dụng khả năng này, sao cho có lợi nhất cho bản thân, không cần quan tâm rằng điều đó có lợi hay có hại cho mình và cho người khác.

- Trí khôn của các em chuyển dần từ chỗ tiền quan niệm (précon-ceptuelle) còn khá mơ hồ, sang thế trực giác (intituive) một cách cụ thể.

- Cũng trong giai đoạn này, các em thường tự tìm hiểu hoặc đặt ra cho người lớn những câu hỏi "tại sao" có chủ ý vụ lợi (utilitaire) và có chủ đích (finaliste) rằng điều đó, cái đó "để làm gì vậy"

- Do vậy, người lớn cần kiên nhẫn để trả lời các câu hỏi loại này, đồng thời hướng các em đến những khái niệm bớt vị kỷ vụ lợi cho bản thân. Cũng đừng nên trình bày vấn đề quá sâu xa phức tạp khiến các em đâm ra lúng túng, nản chí hoặc bị ngộ nhận tai hại về lâu về dài.

Đối với lứa tuổi này, những chuyến đi dạo công viên, nghỉ mát giữa thiên nhiên bao la trong lành là những dịp giúp các em mở rộng tâm tình và óc tò mò đến những khái niệm tốt lành, đẹp đẽ, dễ thương. Âm nhạc cổ điển hoặc hòa tấu cũng giúp một phần quan trọng để giúp các em hình thành sự nhân ái dịu dàng.

Về mặt sinh hoạt, các em bắt chước người lớn rất nhanh, cộng thêm trí tưởng tượng đang hình thành khá phong phú để tự bày ra các trò chơi như: xây nhà, nấu bếp, dọn hàng, ru búp bê, và có thể cứ thế mà chơi một mình rất lâu, ngày này qua ngày kia không biết chán...

Về mặt tôn giáo, các câu truyện cổ tích giữ một vai trò quan trọng. Các tính cách nhân ái, thật thà, hiếu thảo nơi các nhân vật trạc tuổi các em sẽ đặc biệt được ghi sâu trong tiềm thức, dần dần mở ra cho tính cách tôn giáo hướng thượng nếu người lớn biết giúp đỡ các em.

Tâm lý lứa tuổi thiếu nhi (7 –11 tuổi)

Thiếu nhi là giai đoạn mà các nhà chuyên môn gọi là Troisième Enfance, lứa tuổi bắt đầu theo học Tiểu học, hoặc còn gọi là Phổ thông cơ sở cấp 1. Đây cũng là lứa tuổi mà những ai thật sự muốn dấn thân trở thành người cộng tác mật thiết với gia đình các em để chăm lo việc giáo dục cho các em, nhất là cha mẹ và các thầy cô giáo, rất cần quan tâm tìm hiểu.

Do vậy, chúng ta sẽ xem xét vấn đề chi tiết và sâu xa hơn với từng đặc điểm của lứa tuổi này:

1. Các em mang đậm mặc cảm Edipe:

Tự bẩm sinh, các em đã mang mặc cảm Edipe (le complexe d'Edipe). Thần thoại Hy-lạp kể rằng: Edipe, do cuộc đời oan nghiệt đưa đẩy, đã ngộ sát cha mình là Laios để lên ngôi vua và cưới luôn mẹ là Jocaste làm hoàng hậu... Các nhà Tâm lý học mượn điển tích này để diễn tả hiện tượng tâm lý bẩm sinh phổ biến nơi lứa tuổi thiếu nhi.

Các em luôn tìm sự gần gũi, yêu thương, chiều chuộng của người lớn khác phái: bé gái gần bố mà xa mẹ, còn bé trai lại gần mẹ xa bố. Đây không phải là một tội lỗi ghê gớm đáng lên án và nghiêm phạt như cách nghĩ thiển cận của một số người chủ trương đạo đức quá khắt khe cổ hủ.

Cần phải biết khéo hướng dẫn để giúp các em từ từ nhận ra sự cần thiết phải có đủ các tính cách giáo dục qua cả bố lẫn mẹ, anh và chị trong gia đình, cả thầy lẫn cô ở trường, ở lớp. Sau này, khi bước vào tuổi dậy thì, các em sẽ dần dần chuyển hóa sang thế quân bình về phái tính.

Nếu người lớn quá khắc nghiệt hoặc lơi lỏng thiếu quan tâm, có thể sẽ gây ra nơi các em những ấn tượng lệch lạc, di hại suốt đời các em về mặt nhân cách tâm lý và ứng xử. Ngược lại, cần bắc một nhịp cầu hết sức tế nhị để gặp gỡ chính tâm hồn bé bỏng non nớt của các em, biết mở chuyện hỏi han các em bằng ngôn ngữ và cung cách của chính các em. Khi đó, các em mới dễ bộc lộ một cách hồn nhiên những tâm sự, những "bí mật" có khi rất ngô nghê của các em, mà không hề e dè, giấu giếm, sợ người lớn la rầy, kết tội hoặc chế giễu.

Ở điểm này, các em cần có người yêu thương, chăm sóc, ân cần tận tụy và tinh tế nhạy cảm, nắm bắt cho được mọi biểu hiện tích cực lẫn tiêu cực nơi các em.

2. Các em tin tưởng người lớn tuyệt đối:

Các em đã dần dần không còn muốn loanh quanh luẩn quẩn ở xó nhà góc bếp, nhưng bắt đầu thích làm quen nhiều bạn nhỏ và nhiều người lớn khác. Vì vậy, nếu các em nhận ra nơi các người lớn như cô chú, thầy cô giáo, anh chị... một sự bảo bọc chở che, nhất là sự quan tâm, cảm thông thật sự, các em sẽ dần dần quấn quít, tin cậy đến mức tuyệt đối.

Hãy tránh đừng bao giờ đùa chơi với các em bằng cách xí gạt để các em mắc lừa cho vui. Cũng đừng bao giờ tạo cho các em cảm tưởng bị người lớn áp đặt, ăn hiếp, lấn lướt, sai bảo vặt và khống chế các em bằng luật lệ mà chính người lớn chưa chắc đã tuân thủ đàng hoàng.

Do vậy, thông qua những hoạt động về giáo dục, làm việc, sinh hoạt vui chơi, người lớn cần biết tạo ra cơ hội để gần gũi các em, xóa bỏ mọi ngăn cách về tuổi tác và tâm lý, hòa mình trở nên đơn sơ như trẻ nhỏ, biết cách gợi ý tổ chức cùng chơi, cùng làm với các em, từ đó mới có dịp để giúp đỡ, dạy dỗ các em một cách đầy đủ và kịp thời. Bên cạnh đó, cũng cần kích thích cho các em luôn háo hức chịu làm quen thêm với nhiều bạn trai bạn gái mới đồng trang lứa ở trường lớp và khu xóm.

Ở điểm này, người sống với các em phải là một quản trò đa năng, biết biến báo, lôi cuốn, trang bị nhiều kỹ năng thành thạo, thu

hút được đám đông các em, đồng thời lại có vốn liếng kinh nghiệm về tâm lý để có thể tiếp cận mà lắng nghe và đối thoại với từng em.

3. Các em ôm ấm nhiều giấc mơ:

Các em rất giàu trí tưởng tượng, nhiều khi quá tin vào những điều huyền hoặc, những truyện cổ tích thần tiên, những truyện thần thoại dân gian được kể trong các lớp học hoặc trước khi đi ngủ buổi tối. Từ đó các em tự thêu dệt những mơ mộng rất dễ thương đến bất ngờ.

Sau này, lớn hơn một chút, tính thần thoại chuyển dần sang khía cạnh thần tượng hóa một cách đơn giản. Khi các em được tiếp xúc thân tình với một người lớn nào đó có nhân cách cao thượng, các em sẽ nhanh chóng hình thành các ước mơ sẽ có được nhân cách ấy (ví dụ: "Lớn lên em sẽ làm cô giáo như cô..."; "Mai mốt con sẽ đi tu như cha..."; "Em sẽ là một Ronaldo của Việt Nam...").

Do đó, nếu người lớn biết khéo nương theo trí tưởng tượng và những mơ mộng hồn nhiên trong sáng của các em, có thể hướng dẫn các em dần dần gạn lọc đi những nét viễn vông huyền hoặc để chuyển những giá trị tốt đẹp hiện thực nơi nhân cách các em.

Bước đầu thấu hiểu được những nhu cầu khát vọng ngây thơ của các em rồi, vẫn chưa đủ, bởi tính khí các em luôn bị đột biến, thay đổi hoặc bị tổn thương. Do vậy, ngoài việc hòa mình cùng chơi, cùng trò chuyện với các em, người lớn còn cần khéo léo tạo sức thu hút lâu dài bền bỉ, bằng cách lồng các hoạt động tập thể vào các trò chơi (học và làm mà là chơi, chơi mà lại là học và làm một cách hữu ích).

Đồng thời, cũng đừng quên tiếp xúc riêng từng em, giúp các em tập nỗ lực nho nhỏ để vươn lên trong từng khát vọng, từng ước mơ hồn nhiên của chính mình, mỗi ngày một chút theo phương pháp giáo dục tiệm tiến.

Ở điểm này, người sống với các em phải là một người bạn trẻ trung, tâm huyết, đáng tin cậy trong mọi mặt sinh hoạt vui nhộn cũng như tâm linh sâu lắng của các em. TRỞ VỀ

4. Các em rất đa cảm, dễ xúc động:

Tâm hồn các em còn hết sức trong sáng hồn nhiên như trang giấy còn mới tinh. Ngay cả trường hợp một số em phải chịu những di chứng do sự đổ vỡ trong gia đình, thì chắc chắn tâm hồn các em vẫn luôn luôn đa cảm, rất dễ bị xúc động.

Do đó, bất cứ hành động thô bạo nào đối với chính bản thân các em, đối với các em khác, đối với súc vật và đối với thiên nhiên đều gây tổn thương nơi các em, để lại trong tâm trí các em vết sẹo không bao giờ phai nhạt. Cần tránh cho các em phải đối mặt với những nghịch cảnh và bất hạnh, những thực tế quá phũ phàng, những hình ảnh dã man bạo lực trên sách báo, truyền hình, những biến cố quá gay cấn ngoài đường phố, trong gia đình, nơi trường học.

Riêng với các câu truyện kể, cần nhớ rằng: một nội dung quá bi lụy thương tâm có thể gợi ra nơi các em lòng trắc ẩn nhân ái, nhưng cũng có thể âm thầm hình thành trong tiềm thức và vô thức của các em tính hiếu chiến, hiếu sát, thích trả đũa, nhẫn tâm, hoặc ngược lại, sự mủi lòng ủy mị, mau nước mắt vì quá sức đa sầu đa cảm. Mặt khác, bên cạnh sự đa cảm, các em vẫn còn thiên nhiều về giác quan, thích sờ tận tay nhìn tận mắt, nên các em rất vui thích khi được thưởng cụ thể bằng vật chất hơn là khen ngợi tuyên dương suông suông vậy thôi. Các em rất hãnh diện thấm thía khi được người lớn khéo léo góp ý khích lệ hơn là phê bình chê trách hay nổi cáu lên quát tháo om sòm.

Chúng ta thấy, nhà trường đã từng áp dụng những cách khen thưởng khá cụ thể như các bông hoa điểm 10 cho từng môn học, sách truyện làm phần thưởng cuối năm. Bản thân chúng ta khi còn bé, hẳn ai cũng đã từng ao ước hoặc hãnh diện khi thấy tên mình được ghi trên Bảng Danh Dự treo tại một nơi trang trọng và dễ thấy ở trường. Còn Sổ Học Bạ hoặc Sổ Liên Lạc thì không ai muốn cha mẹ mình lại phải đọc thấy những giòng chữ thầy cô chủ nhiệm phê xấu và yếu kém. Do vậy, đây là những cách khen thưởng có vẻ vật chất nhưng lại hàm ý về chiều sâu tinh thần nhiều lắm...

Ở lứa tuổi này, người sống với các em phải là một "bề trên" hiểu theo nghĩa rộng nhất, nghiêm minh mà quảng đại, công bình mà bao dung, vẫn luôn đòi hỏi cao mà lại biết khích lệ nâng đỡ.

5. Các em rất hiếu động:

Năng lực ở độ tuổi đang tăng trưởng nơi các em luôn dồi dào. Bên cạnh đó, các em cũng đang trải qua một cơn khủng hoảng về trí tuệ, còn gọi là khủng hoảng về ý thức cử động (idée motrice).

Về mặt sinh hoạt thể lý, các em, kể cả các bé gái, cần phải luôn tay luôn chân, chạy nhảy, leo trèo, nô đùa và hò hét thỏa thích, hoặc im lặng ngồi táy máy, hì hục nghịch phá một trò nào đó, hay làm một việc gì đó vừa sức mình. Riêng bên nam, các em rất thích các trò chơi đối kháng, mang tính giao chiến và đua tranh giữa hai phe (ví dụ: kéo co, cướp cờ, đánh trận giả...). Các em sẵn sàng chơi hăng say hết mình, bởi đối với các em, chuyện thắng thua rất là quan trọng, nó nhằm mục đích tự khẳng định cá tính cho dù các em chưa đủ lý luận cao xa gì lắm về bản thân. Với các em nữ, vấn đề cũng tương tự như khi các em đặc biệt thích các trò chơi tuy nhẹ nhàng hơn con trai, nhưng cũng là chuyện luân phiên thi đua giành phần thắng cho mình (ví dụ: nhảy cò cò, đánh chuyền, nhảy lèo, chơi ô ăn quan...).

Trong thực tế, người lớn đang bận việc, rất ghét sự ồn ào náo động, lại cho rằng các em đang chơi những trò quá hiếu động, có hại về sức vóc lẫn tâm lý, nên thường la rầy ngăn cấm các em. Người lớn không ngờ đã đẩy các em sớm rơi vào tình trạng dồn nén, có thể tạo ra những tình cảm rối loạn, rất có hại về lâu về dài.

Về sinh hoạt học tập, các em cũng rất dễ hào hứng để cho cuốn theo các ý tưởng, các kiến thức lý thú mới lạ, để không ngừng đặt ra các câu hỏi tò mò thắc mắc. Một khi nơi các em lý trí bắt đầu hoạt động âm thầm, các ý tưởng như thế dần dần sáng tỏ ra, cho dù các em chưa thể lý luận suy diễn theo dạng đặt vấn đề "vì vậy", "cho nên", "do đó" như người lớn... Nhưng mặt khác, các em đã không còn thỏa mãn với dạng câu hỏi "tại sao?" mà đã chuyển dần sang câu hỏi khó hơn nhiều: "làm thế nào ?" tức là có khuynh hướng khách quan hơn, sâu xa hơn.

Dù vậy, các em chưa thể tập trung tư tưởng lâu để kịp phân tích vấn đề và quan sát một cách kiên nhẫn, các em cũng chưa thể tự mình biết cách học hỏi sao cho đúng mức nếu không được người lớn hướng dẫn dưới dạng "học mà chơi" đầy hấp dẫn.

Ở điểm này, người sống với các em phải là một thầy giáo, một cô giáo vừa có kiến thức quảng bác, lại vừa có tâm hồn sâu sắc để truyền đạt tri thức, gợi mở sáng kiến và nhất là vun đắp cho các em những tâm tình nhân ái vị tha, vui tươi và dễ thương, đúng với độ tuổi các em.

6. Các em có thể trung tín đến cùng:

Khi gặp một hoàn cảnh đặc biệt hoặc trong một trường hợp bất ngờ, nếu các em được người lớn tin cậy trao phó một trách nhiệm quan trọng nào đó, với lời giải thích kỹ lưỡng và căn dặn chi tiết, các em sẽ hết sức ý thức về công việc, cảm thấy vinh dự và hãnh diện để cố gắng chu toàn hơn cả mong đợi của người lớn. Ấn tượng sâu sắc này sẽ theo các em suốt cuộc đời, hình thành một nhân cách khó gì có thể làm biến dạng.

Hiểu được điều này, chúng ta không lấy làm ngạc nhiên khi thấy các phong trào giáo dục đứng đắn trên thế giới đều có những nghi thức tập tục rất long trọng như đội mũ, trao cờ, tuyên hứa thiếu nhi, thắt khăn quàng, gắn sao...

Tại trường học, có nơi, nếu biết huấn luyện tinh thần và kỹ thuật tới nơi tới chốn, người lớn có thể tin tưởng giao phó cho các em ở các lớp tiểu học đảm nhận chuẩn bị âm thanh, xếp đội hình danh dự, kéo cờ, bắt nhịp và đồng ca bài quốc ca v.v... mà không sợ gặp sự cố trục trặc, bởi các em ý thức khá chững chạc về tính cách quan trọng và trang nghiêm của công việc cùng với niềm hãnh diện được đại diện cho toàn trường.

Như vậy, ở điểm này, người sống với các em phải là một Người Lãnh Đạo (leader) đúng nghĩa, biết cách huấn luyện, chỉ dẫn cho các em thành thạo, tháo vát trong các việc nhỏ, vừa tầm hiểu, vừa sức làm của các em mà lại có tầm quan trọng không thua gì việc của người lớn, sau đó, biết mạnh dạn tin tưởng trao phó công việc đó để các em tự chơi, tự làm, tự giải quyết trong khả năng của các em...

Tâm lý trẻ khi cha mẹ ly hôn

Cha mẹ bất hoà luôn luôn ảnh hưởng đến sự phát triển của đứa trẻ về mặt tâm lý. Sự bất hoà của cha mẹ kéo theo nhiều hư hại nơi bản thân đứa trẻ. Những cảnh cãi vã nhau, những câu chì chiết, những câu chửi hay những lần đánh nhau trước mặt trẻ lúc nào cũng có hại chứ không được một lợi lộc nào.

Sự bùng nổ bất hoà trong gia đình là một đề tài của sự lo âu đối với đứa trẻ: không biết người ta còn lo cho mình nữa không? Ai sẽ là người đảm trách việc này? Đứa trẻ tự cảm thấy bị đẩy đưa trong một không khí bất an nơi mà người ta coi chúng như là một vật bung xung để tranh dành tình cảm và quyền lợi tài chính để có được một số quyền hạn thăm viếng hay trợ cấp để nuôi chúng. Cha mẹ hiềm khích nhau trong quan điểm giáo dục con mình, người này phê bình quan điểm người kia, rồi phủ lên trẻ những phương pháp giáo dục riêng của mình; hay trái lại một người đóng vai làm người tốt trong sự nhượng bộ để cho đứa trẻ có cảm giác rằng nó đã bị người đó bỏ rơi nó.

Sự thích nghi với một hoàn cảnh mới là một điều mà đứa trẻ phải được thuyết phục. Tình anh em phải bị chia xẻ, chọn lựa một trong hai người cha hoặc mẹ, thường là người không rời xa gia đình. Nhưng đôi khi chính người vắng mặt là người được người ta lý tưởng hoá nhiều nhất.

Trong tất cả các trường hợp, cha mẹ phải giải thích rõ ràng cho trẻ biết hoàn cảnh sắp đến với gia đình, không nên im lặng theo điều mình tự nhủ “rồi đứa trẻ sẽ nhận ra”. Họ cần phải nói chuyện, trấn an, giải thích cho trẻ là sẽ chẳng bỏ rơi chúng, tương lai của chúng luôn được đảm bảo và định rõ chúng sẽ sống với ai. Sau cùng chúng phải được bảo đảm rằng chúng không có một chút trách nhiệm nào

trong việc ly hôn của cha mẹ. Những gì tự nhiên đối với cha mẹ là không tự nhiên đối với đứa trẻ, cũng như nhiều sự bất đồng của cha mẹ có khởi điểm là những vấn đề giáo dục.

Những cuộc nghiên cứu về các vấn đề có liên quan đến trẻ em trong gia đình xảy ra tình trạng ly hôn đã được ghi nhận rằng các khó khăn về tâm lý của chúng tự nó dịu đi trong thời hạn một vài năm sau việc ly hôn. Đây là một tình cảm không được an toàn hay bị bỏ rơi, một mối lo sợ hay một mặc cảm tội lỗi. Đứa trẻ tự kết tội mình có phần nào trách nhiệm về sự chia ly của cha mẹ. Sự buồn bã, sự suy nhược, sự cách ly, sự mất ngủ, những cơn ác mộng và những nỗi sợ hãi ám ảnh ban đêm, sợ bóng tối... đều có khả năng chế ngự đời sống tinh thần đứa trẻ. Kết quả học tập cũng có phần sút giảm. Các xáo trộn của tính tình cũng được ghi nhận như sự mất quân bình, sự xung đột, những cơn giận. Đôi khi đứa trẻ chuyển sự thô bạo trong gia đình sang những quan hệ xã hội, mà một số cuộc nghiên cứu đã thiết lập mối quan hệ giữa sự bất hoà của cha mẹ và thái độ không thích nghi với xã hội của những đứa con.

Trong những trường hợp khác, chúng chọn thái độ của một người lớn trưởng thành sớm: chúng đảm nhận nhưng không biết chơi với những người cùng thời với chúng. Cảm giác trưởng thành sớm so với tuổi thơ ấu có thể là lý do xung đột ở tuổi vị thành niên vì đứa trẻ vượt quá giai đoạn và đã đạt được một sự tự chủ lớn, trừ phương diện tài chính.

Thú nuôi

Nuôi thú vật trong nhà có một vai trò quan trọng trong sự phát triển của trẻ, thú nuôi là một phần của môi trường và có một chức năng gây sự chú ý nơi trẻ, cho đến lúc đứa trẻ được 7 tuổi. Trẻ con rất mê những con thú nhỏ như ốc sên, con ruồi hay con cánh cam mà chúng trông thấy và sẽ cố gắng bắt cho bằng được. Sau đó trẻ bị chinh phục bởi những con thú lớn hơn và sẽ rất vui mừng khi được cha mẹ cho đi chơi sở thú, hay được nghe những câu chuyện về các loài thú hoang dã trong thiên nhiên, nơi rừng rậm hay chốn biển cả mênh mông.

Thú nuôi trong nhà cũng có một tầm quan trọng nhất định cho những đứa trẻ, nhưng có thể thú nuôi phải chịu đựng những cách cư cử thô bạo độc đoán hoặc có diễm phúc được những đứa trẻ cư xử một cách dịu hiền và thân ái. Thú nuôi cũng như thú nhồi bông là một nguồn vui vô tận trong những trò chơi của đứa trẻ. Trẻ âu yếm nép mình gối đầu lên con gấu bông ngủ một cách ngon lành, sưởi ấm hay tâm sự với nó cũng là coi nó như một người thân. Nhưng trái lại, trẻ cũng trừng phạt hay đối xử thô bạo với nó khi trẻ tự cho mình quyền hạn của người cha hay người mẹ. Đứa trẻ như trút hết những căng thẳng của mình, như trút hết cơn giận cho những xúc phạm phải chịu đựng. Đối với một số tác giả, trong những hình vẽ của mình đứa trẻ trình bày chủ yếu những con thú, điều này là một sự bộc lộ việc tìm kiếm một tình cảm mà đứa trẻ đó bị thiếu thốn

Thú vật hướng trẻ đến những thực tế của cuộc sống. Qua các con vật mà trẻ có được những thông tin trong nhiều lãnh vực khác nhau, có liên quan đến tình dục (sự truyền giống của các con chó ngoài đường), sự sinh sản (ổ mèo mới đẻ), bệnh tật (bị ghẻ, bị ốm lù đù), cái chết (con chuột bị con mèo giết và ăn thịt, con chim non rơi

xuống đường và bị xe cán chết). Cho đến 6 tuổi, đứa trẻ vẫn tin rằng các con thú đều có một linh hồn ngự trị và nó gán cho con vật dáng dấp một con người. Đứa trẻ cử hành nghi thức chôn cất một con thú nuôi bị chết. Bọn trẻ nhận thấy rằng nơi những con thú có một số thái độ có thể so sánh được với con người (con gà con chạy le te theo mẹ nó, con mèo ngồi rửa mặt, những con chó nhỏ đùa giỡn với nhau...), một số chức năng rất phổ biến (ăn, uống, ngủ, tiêu tiểu...) và một số thái độ rất đáng trách (con chó dữ dằn, con ngựa đá nguy hiểm).

Con vật cho đứa trẻ có cảm giác của những nỗi ước mong: một bé gái mong muốn có đứa em sẽ thích cho con mèo bú bình sữa, cũng như trẻ đã làm như thế với con búp bê.

Con vật hiện diện thường xuyên trong giấc mơ, đồ chơi hay trong quyển sách của trẻ, cho phép trẻ trút lên những thứ này các tình cảm, sự lo âu hay những nhận định: Jerry rất thông minh, mặc dù luôn bị mèo Tom to lớn săn đuổi nhưng nó lại không ngừng khiêu khích con mèo, Milou là một chú cún thám hiểm đầy tò mò không ngừng bị chàng phóng viên Tintin cảnh giới; con sói của cô bé Quàng khăn đỏ rất lém lỉnh nhưng không kém phần đáng ghét, ba chú heo con đối đầu với con chó sói làm rõ nét sự đoàn kết giữa các anh em chống lại sự nguy hiểm... đó là nhận định của các học thuyết tâm lý về các mối quan hệ của con người – thú vật theo bình diện tâm lý.

Chứng suy nhược

Sự suy nhược của những đứa trẻ thường rất khó nhận ra. Tại sao chỉ những người lớn mới có sự sáng suốt nhận ra rằng mình sắp "quỵ" vì mệt mỏi? Những đứa trẻ cũng suy yếu chứ! Sự suy nhược của trẻ không bộc lộ như của người lớn nên các bậc cha mẹ khó có thể nhận ra được. Những đứa trẻ suy nhược không quan tâm đến sự động viên hay những trò chơi được đề nghị cho mình. Chúng có cái nhìn vô hồn, từ chối vui đùa, cười nói. Việc đạt được tư thế ngồi, tư thế đứng, cũng như việc nói được bị đình trệ lại chậm hơn những đứa trẻ bình thường.

Có tác giả đã diễn tả một tình trạng suy nhược của trẻ và gọi là "suy nhược nương tựa". Đứa trẻ có nhu cầu để phát triển nơi nương tựa vào người mẹ hay người trực tiếp nuôi dưỡng mình thay thế cho mẹ. Sự suy nhược này có thể gây thương tổn cho những đứa trẻ phải sống xa mẹ trong lúc mới được 6 – 8 tháng tuổi. Gương mặt của chúng không biểu lộ cảm xúc nào, chúng nằm ngủ trong tư thế nằm sấp, đập đầu vào song giường hay bứt tóc mình. Người ta ghi nhận có một sự đình trệ về sự tăng trưởng chiều cao hay trọng lượng của chúng.

Trẻ có thể trở nên buồn bã từ vài tuần trước, khóc rưng rức, mệt mỏi, khép kín, biếng ăn, không có khả năng tìm được giấc ngủ hoặc lại ngủ triền miên, lo âu, than thở về những cơn đau đầu hay đau bụng. Chẳng có gì làm cho chúng vui thích, chúng cũng chẳng thèm vui đùa nữa. Năng lực của chúng có thể dần dần giảm: một số đứa bé không còn biết tự làm vệ sinh, dọn bàn ăn, chuẩn bị cặp sách của mình, có khi chúng từ chối đi học; những đứa khác còn có những biểu hiện đặc thù (không an tâm, lo lắng, giận dữ, thô bạo - hoặc ngược lại). Chúng có thể có những sinh hoạt tự kích thích dục tính

của mình lập đi lập lại nhiều lần qua việc mày mò cơ quan sinh thực. Chúng có thể có những biểu hiện của những cơn tiêu chảy, hắc lào, chàm hay hen suyễn... là những xáo trộn làm cho tinh thần bị kích động nặng nề thêm. Kết quả học tập của chúng tất nhiên là tụt hậu và chúng thường than phiền là không thể làm gì được.

Sự suy nhược có thể liên quan với một sự thất vọng (thất bại trong học vấn hay thất vọng trong tình cảm), một vấn đề sức khoẻ, một sự thay đổi môi trường sống, thay đổi người chăm sóc, thay đổi trường lớp, sự ly hôn của cha mẹ, sự xa cách, sự suy nhược của người cha hay người mẹ... Đôi khi không có một lý do thật sự nào được nhận thấy. Đứa trẻ bị suy nhược, cũng giống như người lớn bỏ mặc, buông xuôi và hững hờ với tất cả những sự giúp đỡ làm cho tình trạng của chúng càng thêm trầm trọng. Việc trị liệu của chứng suy nhược rất cấp bách. Công việc điều trị tăng gấp đôi với liệu pháp tâm lý bù trừ với cách điều trị bằng dược phẩm.

CÁC GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN SINH LÝ CỦA TRẺ

Những dấu hiệu cảnh báo trẻ chậm phát triển

Trẻ em thường phát triển nhiều mức độ khác nhau, nhưng hầu hết đều phát triển theo một biểu đồ thời gian chung nhất. Nếu trong vòng vài tuần một lần trẻ mà không gặp được cái mốc nào, thì nên tham vấn các bác sĩ để hiểu rõ hơn về vấn đề đó. Có thể không có vấn đề gì – ngoại trừ một vài trường hợp cá biệt như trẻ không thể leo lên cầu thang được nhưng lại có thể làm tốt được những việc khác, thì thường không cần phải lo lắng gì cả. Tuy nhiên, nếu con bạn chậm phát triển, thì bạn phải phát hiện sớm để bắt đầu điều trị.

Nói chung, hãy tin tưởng vào bản năng của mình. Nếu có điều gì đó chưa nắm rõ về vận động của con mình thì phải tham vấn ý kiến bác sĩ. Bạn là người hiểu con mình rõ nhất. Dưới đây là các dấu hiệu cảnh báo có thể xảy ra của vấn đề này, bạn có thể sử dụng danh sách này để tiện theo dõi sự phát triển của con mình.

Tuổi	Những dấu hiệu cảnh báo	Kiểm tra
	- 13 tháng tuổi, không ngồi chồm hổm để chơi được - 13 tháng tuổi, không biết leo lên và xuống ghế nhỏ được - 13 tháng tuổi, không biết bốc thức ăn đưa vào miệng - 15 tháng tuổi, không cầm được bút chì dù chỉ để nguệch	

Từ 12 đến 18 tháng tuổi	ngoạc - 15 tháng tuổi, không tự đứng lên được khi đang nằm chơi trên nền nhà - 15 tháng tuổi, không leo lên ghế để với lấy đồ vật trên cao được - 18 tháng tuổi, không bước đi được - 18 tháng tuổi, không thể cởi vớ ra được - 18 tháng tuổi, không cầm được bút chì và bắt chước vẽ hình. - 18 tháng tuổi, không đá nổi một quả banh - 18 tháng tuổi, không đi xuống lầu được khi có người nắm tay dắt xuống - Sau nhiều tháng tập đi vẫn không bước đi một cách tự nhiên và vững vàn được - Chỉ bước đi được bằng đầu ngón chân	

Tuổi	Những dấu hiệu cảnh báo	Kiểm tra
	- 21 tháng tuổi, không lật được các trang sách - 21 tháng tuổi, không tự bám	

Từ 19 đến 24 tháng tuổi	thành cầu thang để đi lên đi xuống cầu thang được - 21 tháng tuổi, không đá được quả banh dù đã có người hướng dẫn và đá thử cho coi - 24 tháng tuổi, không cầm được bút chì để vẽ những đường thẳng đứng - 24 tháng tuổi, không tự đứng được trên 1 chân - 24 tháng tuổi, không đẩy được những đồ chơi có bánh xe - 24 tháng tuổi, không đá được trái banh theo yêu cầu - 24 tháng tuổi, không biết sử dụng muỗng - 24 tháng tuổi, không chạy vững.	

Tuổi	Những dấu hiệu cảnh báo	Kiểm tra
Từ 25 đến 30 tháng tuổi	- 30 tháng tuổi, không tự bước đi được và không đi 2 chân 1 lúc - 30 tháng tuổi, không biết lật trang sách - 30 tháng tuổi, không biết đạp loại xe ba bánh được - 30 tháng tuổi, không đứng	

	một chân được	

Tuổi	Những dấu hiệu cảnh báo	Kiểm tra
Từ 31 đến 36 tháng tuổi	- 36 tháng tuổi, không tự bước xuống lầu một mình được b ng 2 chân - 36 tháng tuổi, không sử dụng được kéo, hay cố dùng kéo để cắt cái gì - 36 tháng tuổi, không đứng một chân được 2 giây - 36 tháng tuổi, không giơ cao tay để ném quả banh được - 36 tháng tuổi, không biết rửa và lau khô tay được	

Trắc nghiệm: Bạn biết gì về sự phát triển của trẻ?

Mọi em bé mới sinh đều không có khả năng chống chọi với bất cứ điều gì. Đặt đâu nằm đấy. Nhưng nó vẫn lớn lên không ngừng!

Làm xong bài trắc nghiệm sau đây, bạn sẽ nhận ra con bạn đã, đang và sẽ đạt được những tiến bộ gì so với khả năng tiềm ẩn của cháu.

1. Tất cả trẻ em đều phát triển như nhau, quá trình này rất suông sẻ và sẽ tiếp tục trong tương lai.

A. Đúng

B. Sai

2. Điều quan trọng nhất bạn có thể làm để thúc đẩy sự phát triển trí óc của trẻ là gì?

A. Cho bé đi nhà trẻ hoặc mẫu giáo.

B. Cho cháu nghe, sờ, ngửi... để có kinh nghiệm về mọi giác quan của cháu.

C. Cho cháu xem nhiều sách, băng video và đĩa CD

D. Cung cấp cho cháu nhiều vitamin mỗi ngày.

3. Sự phát triển thể chất thường xảy ra ở bộ phận nào dưới đây?

A. Không có trật tự đặc biệt

B. Từ đầu đến ngón chân

C. Từ ngón chân lên đầu

D. Đầu, chân, tay, thân

4. Khi con bạn thất vọng vì không thể làm được điều gì, như cầm một món đồ chơi hay tự ăn một mình, tốt nhất bạn nên:

A. Can thiệp vào và giúp cháu để cháu không chán nản

B. Ngả lưng trên ghế và để cho cháu tự tìm cách xoay sở lấy, cho dù cháu khóc đi nữa.

5. Giác quan nào được phát triển hoàn chỉnh ở trẻ trước tiên?

A. Vị giác

B. Thị giác

C. Thính giác

6. Trẻ em di chuyển lung tung và cựa quậy nhiều bởi vì:

A. Chúng không thoải mái

B. Chúng muốn đi được

C. Cơ bắp của chúng cứ co giật mạnh và cong lại mà không phải do chúng điều khiển.

D. Chúng đang thăm dò mọi thứ xung quanh.

7. Lâu lâu cho bé ở trần truồng một lát rất tốt vì.

A. Ngăn cản chứng hăm kẽ do tả lót.

B. Cho bé thử cảm giác được toàn bộ thân thể nó.

C. Cho bé cử động tự do toàn bộ cơ thể.

D. Tất cả các ý trên đều đúng.

8. Khi nào trẻ bắt đầu học nói?

A. Ngay từ trong bụng mẹ

B. Khi mới sinh ra

C. Khoảng 3 tháng tuổi

D. Khoảng 6 tháng tuổi.

9. Một đứa bé 2 tuổi biết trung bình bao nhiêu từ?

A. 50 từ.

B. 150 từ.

C. 250 từ

D. 300 từ

10. Ở tuổi nào bạn nên cho trẻ ăn thức ăn đặc?

A. 4 tháng

B. 5 tháng

C. 6 tháng

D. 7 tháng

11. Ở tuổi nào hầu hết trẻ em bắt đầu tập đi?

A. 10 đến 11 tháng

B. 12 đến 13 tháng

C. 14 đến 15 tháng

D. 16 đến 17 tháng

12. Khi nào trẻ cần mang giày?

A. Khi vùa mới sinh ra

B. Lúc được 6 tháng tuổi

C. Khi bắt đầu đi chập chững

D. Khi bắt đầu đi vững

E. Khi bé bắt đầu đi ra ngoài

13. Khi nào trẻ chơi với các trẻ em khác một cách hòa đồng lần đầu tiên trong đời?

A. Lúc mới sinh

B. Lúc 6 tháng

C. Lúc 1 tuổi

D. Lúc 2 tuổi

14. Tất cả trẻ em đều sẵn sàng học cách đi vệ sinh khi được?

A. 12 tháng tuổi

B. 18 tháng tuổi

C. 24 tháng tuổi

D. 36 tháng tuổi

E. Không có câu nào đúng.

15. Thông thường ai là người đầu tiên chú ý đến vấn đề phát triển của trẻ?

A. Bố mẹ của bé

B. Bác sĩ của bé

C. Người chăm sóc bé hàng ngày

Đáp án trắc nghiệm kiến thức về sự phát triển của bé

Kiến thức của bạn về sự phát triển của con mình ra sao? Nếu bạn đã tự trả lời 15 câu hỏi trắc nghiệm thì hãy đối chiếu với bản đáp án sau đây:

1. Tất ca tre em đều phát triển như nhau, quá trình này rất suôn se và sẽ tiếp tục trong tương lai.

Tra lời: B. Sai.

Chẳng có đứa trẻ nào phát triển giống đứa nào cả. Con bạn có thể phát triển nhanh hay chậm hơn các trẻ cùng tuổi, vượt trội ở khâu này nhưng tụt lại sau ở khâu khác. Các bác sĩ cho giới hạn là 9 tháng cho những mốc phát triển quan trọng của bé. Ví dụ: một số trẻ biết đi khi được 10 tháng tuổi, trong khi các bé khác phải đợi đến 19 tháng tuổi. Trong bất cứ trường hợp nào, bạn cũng đều không cần lo lắng. Một số bé còn bỏ qua một số giai đoạn (không lật, không bò chẳng hạn...). Có trường hợp còn thụt lùi tạm thời trước khi tiếp tục phát triển: Một đứa trẻ ngủ được suốt đêm có thể bắt đầu lại thức dậy nửa đêm khi cháu biết nói. Cần phải học hỏi nhiều hơn về quá trình phát triển mà con bạn đang trải qua.

2. Nên làm gì để thúc đẩy sự phát triển trí não của trẻ?

Tra lời: B: Cho cháu nghe, sờ, ngưi... để có kinh nghiệm về mọi giác quan cua cháu.

Các nhà nghiên cứu bảo rằng cho trẻ nhiều kinh nghiệm liên quan đến mọi giác quan của cháu như sờ, mó, nếm, ngửi, nghe và nhìn là điều tốt nhất bạn nên làm để thúc đẩy sự phát triển trí não của trẻ.

Cụ thể: nên trò chuyện với con bạn, đọc sách cho cháu nghe, cùng chơi với cháu, để cháu sờ và đồ vật mới, đưa cháu đến một nơi an toàn mà ở đó cháu có thể tự do tìm hiểu mọi thứ. Bạn đừng quên tỏ ra thương yêu cháu bằng cách ôm ấp, âu yếm và đáp lại những cử chỉ của bé. Ảnh hưởng và sự quan tâm của bạn sẽ giúp bé cảm thấy an toàn và yên tâm, vì thế bé sẽ tiếp tục con đường phát triển độc lập.

3. Sự phát triển thể chất thường xảy ra ở bộ phận nào trước?

Tra lời: B. Từ đầu đến ngón chân.

Nói chung, ban đầu trẻ em điều khiển được đầu và cổ (khoảng 2 tháng tuổi), sau đó là cánh tay và bàn tay (biết cầm nắm bắt đầu khoảng 3 tháng) rồi đến phần thân (đa số các bé ngồi vững khi được 8 tháng tuổi) và cuối cùng là điều khiển được cẳng chân và bàn chân (hầu hết trẻ đi được ở 14 đến 15 tháng tuổi).

4. Khi con bạn thất vọng vì không thể làm được điều gì, như cần một món đồ chơi hay tự ăn một mình, tốt nhất bạn nên...

Tra lời: B. Để cháu tự tìm cách xoay sơ lấy.

Mọi bước phát triển đòi hỏi phải cố gắng. Bạn cứ để cho bé cầm một nắm đầy khoai tây hay bánh kem và bỏ hết vào miệng, tất nhiên mặt bé sẽ tèm lem. Nhưng cứ để bé tự xoay sở lấy. Đây là một bước quan trọng để bé có tính tự lập. Nếu bé quá thất vọng, bạn có thể động viên bằng cách làm mẫu cho bé (như lấy muỗng múc bánh kem rồi mới đưa lên miệng). Hãy để bé cố gắng cho đến khi làm được. Điều tốt nhất bạn cần làm khi bé cảm thấy thất vọng là tuyên dương những cố gắng của bé để nó tiếp tục cho đến khi làm được hay không còn hứng nữa và chuyển sang làm thứ khác.

5. Giác quan nào được phát triển hoàn chỉnh ở trẻ trước tiên?

Tra lời: C. Thính giác

Trẻ sơ sinh bắt đầu rèn luyện giác quan này từ trong bụng mẹ, đặc biệt là vào 3 tháng cuối thời kỳ mang thai, các nghiên cứu cho thấy khi đó trẻ có thể nghe nhịp tim đập của mẹ và đón nhận các âm thanh từ bên ngoài như giọng nói và tiếng nhạc. Khả năng nghe sẽ

hoàn thiện vào cuối tháng đầu tiên trong cuộc đời, mặc dù chúng sẽ mất một thời gian lâu hơn để thật sự hiểu là mình đang nghe gì. Bạn nên tìm hiểu nhiều hơn về khả năng nghe và nhìn của trẻ.

6. Trẻ em di chyển lung tung và vùng vẫy rất nhiều bởi vì.

Tra lời: D. Chúng đang thăm dò mọi thứ xung quanh

Các em bé thường di chuyển lung tung bởi vì chúng đang tìm hiểu thế giới xung quanh và đặc biệt là nơi chúng đang nằm. Mọi cái đá, nắm, đập, và vẫy sẽ cho chúng nhiều thông tin về môi trường xung quanh và thân thể chúng. Những gì chúng cảm thấy sẽ gửi tín hiệu trở lại não của trẻ để giải thích cho chúng hiểu và dùng các kiến thức này bổ sung cho sự phát triển sau này.

7. Cho bé ở trần truồng trong một lát là rất quan trọng bởi vì:

Tra lời: D. Tất ca đều đúng.

Thời gian bé ở trần truồng là thời gian bé thích thú nhất. Sau khi tắm hay thay tã, cho bé chơi trên một cái mền hay khăn tắm thật mềm sẽ tạo điều kiện cho bé duỗi người ra mà không bị hạn chế cử động bởi quần áo. Đó cũng là một phương pháp tốt thúc đẩy cảm xúc của bé. Cảm giác về những sợi dệt lan trên lưng và chân bé, sự vuốt ve ấm áp của bàn tay bạn khi bạn ôm bé. Và bất kỳ bác sĩ nào cũng sẽ khuyên bạn rằng một ít phút mỗi ngày không mặc tã cho bé là một cách tốt để ngăn chặn bệnh phát ban do tã lót gây ra (nóng và ẩm bên trong tã dẫn đến việc da bị tổn thương). Phần mông bé thoáng mát sẽ giúp da bé mau khô và thoải mái.

8. Khi nào tre bắt đầu học nói?

Tra lời: A. Ngay từ trong bụng mẹ.

Kết quả những cuộc nghiên cứu gần đây cho thấy bé đã bắt đầu học mẫu câu, vần và âm từ rất lâu trước khi trẻ có thể phát âm một từ nào đó. Khi còn nằm trong tử cung, trẻ đã có thể nghe thấy những gì bạn nói và đã có thể tiếp thu theo cách gieo nhip gieo vần của bạn. Thời gian đầu sau khi sinh, trẻ vẫn tiếp tục học bằng cách lắng nghe người khác nói chuyện với mình và trẻ cũng đã tự mình bập bẹ phát âm.

9. Một đứa bé 2 tuổi biết trung bình bao nhiêu từ?

Tra lời: B. 150 từ.

Các nghiên cứu về ngôn ngữ của trẻ cho thấy hầu hết các trẻ em lên 2 biết được khoảng 150 từ khi chúng được 2 tuổi và có thể kết hợp các từ đó thành câu ngắn. Các chuyên gia tin rằng trong thời gian này, trẻ em học khoảng 10 từ hoặc hơn mỗi ngày. Và khi được 6 tuổi, hầu hết trẻ đã có khoảng 13.000 từ. Các em bé được bố mẹ dành nhiều thời giờ trò chuyện với chúng sẽ có lượng từ vựng nhiều hơn những em bé không được khuyến khích nói nhiều.

10. Ở tuổi nào bạn nên cho trẻ ăn thức ăn đặc?

Tra lời: C: 6 tháng.

Trong khi các bậc cha mẹ thường nghĩ bắt đầu cho trẻ ăn thức ăn đặc khi chúng được 4 tháng tuổi là được thì các chuyên gia của trung tâm Dinh dưỡng trẻ em khuyên rằng nên đợi đến khi bé được 6 tháng tuổi. Tại sao vậy? Sữa mẹ là thứ bé dễ tiêu hóa nhất, cung cấp đủ năng lượng và chất dinh dưỡng cần thiết cho bé.

11. Ở tuổi nào hầu hết trẻ em bắt đầu tập đi?

Tra lời: C. 14 đến 15 tháng

Hầu hết các em bé tập đi khi được 14 đến 15 tháng tuổi, nhưng phạm vi thông thường khá rộng. Một số trẻ cất bước chân đầu tiên khi được 9 tháng tuổi, trong khi các bé khác phải đến 17, 18 tháng tuổi. Các bác sĩ đều khuyên bạn không nên lo lắng nếu đến 18 tháng tuổi trẻ mới đi được.

12. Khi nào tre cần mang giày?

Tra lời: E. Khi tre bắt đầu đi ngoài trời.

Các chuyên giả nói rằng bạn đừng nên bắt trẻ mang giày cho đến khi bé đi dạo quanh quanh ngoài trời hay khi phải đi trên những bề mặt gồ ghề khác. Đi chân đất thường xuyên giúp trẻ giữ thăng bằng nhanh hơn.

13. Khi nào trẻ chơi với các trẻ em khác một cách hòa đồng lần đầu tiên trong đời?

Tra lời: D. Khoang 2 tuổi.

Trong vài thẳng đầu đời, chúng không thật sự chơi cùng với những trẻ khác trong một phong cách hòa đồng mà cả hai bên cùng làm để cùng đạt đến một mục đích, cho đến khi chúng được 2 tuổi. Việc trẻ chơi chung không xảy ra sớm hơn vì trước đó trẻ em cần phải phát triển ngôn ngữ và một số kỹ năng giao tiếp. Trẻ em cũng cần vượt qua giai đoạn chỉ biết đến mình thôi, giai đoạn mà chúng bận rộn với việc tìm hiểu bản thân và thế giới xung quanh, không có khả năng quan tâm đến những điều thú vị ở những bạn khác hay khả năng tự thay đổi, v.v.

14. Tất ca tre em đều sẵn sàng học cách đi vệ sinh khi được:

Tra lời: E. Không có câu nào đúng.

Hầu hết trẻ em không sẵn sàng về thể chất để bắt đầu được dạy dỗ cách đi vệ sinh cho đến khi ít nhất cháu được 18 đến 24 tháng tuổi. Một số em chống đối cho đến cả năm sau đó. Tham khảo hướng dẫn trẻ tự làm vệ sinh

15. Thông thường ai là người đầu tiên chú ý đến vấn đề phát triển của trẻ?

Tra lời: A. Bố mẹ.

Bác sĩ sẽ hỏi bạn về sự phát triển của em bé mỗi khi bạn đến, nhưng chỉ xem qua con bạn trong vài phút và chỉ kiểm tra mỗi năm vài lần. Thời gian ấy không đủ để bác sĩ chú ý đến bất kỳ vấn đề nào. Bạn là người chăm sóc trẻ mỗi ngày, xem cháu chơi, nói chuyện như thế nào và so sánh cháu với những đứa trẻ khác. Nếu bạn thấy có chuyện gì xảy ra với con hay thấy có những điểm con bạn kém so với những đứa trẻ khác, hãy làm theo bản năng và bàn bạc với bác sĩ. Nếu giải đáp của bác sĩ không làm bạn thoả mãn, hãy đề cập lại vấn đề lần nữa hoặc tìm một bác sĩ khác. Việc can thiệp sớm rất quan trọng, và bạn là người đầu tiên có thể giúp cháu khi cháu cần.

Con tôi bị lùn ư?

Làm sao bạn biết con bạn có quá cao hay quá thấp không? Mặc dù trẻ em phát triển cả về hình dáng lẫn kích thước, một đứa trẻ khoẻ mạnh phải tiếp tục phát triển theo một tốc độ đều đặn ở tuổi của cháu ngay từ thời thơ ấu. Để kiểm tra xem con bạn có phát triển bình thường không, bác sĩ sẽ cân và đo cháu trong đợt kiểm tra sức khoẻ và sau đó ghi kết quả vào biểu đồ tiêu chuẩn phát triển của cháu rồi lưu trong hồ sơ sức khoẻ.

Biểu đồ phát triển của trẻ dùng để đánh dấu mức độ phát triển cá nhân của mỗi cháu trên một đường cong trong một khoảng thời gian. Đường cong được lập từ các thông tin về trọng lượng và chiều cao lấy từ dữ liệu thu thập trên hàng ngàn trẻ em và rất có ích trong việc điều khiển sự phát triển của trẻ.

Làm sao biết chắc rằng con tôi phát triển bình thường?

Sự phát triển bình thường (khi được cung cấp đầy đủ chất dinh dưỡng, ngủ đủ và luyện tập đều đặn) là một trong những dấu hiệu cho thấy sức khoẻ của trẻ tốt. Một đứa trẻ có chế độ dinh dưỡng kém sẽ không phát triển bình thường. Trong những trường hợp này, tuy trẻ vẫn phát triển nhưng mức độ phát triển trên biểu đồ theo dõi của bác sĩ sẽ giảm xuống. Tuy nhiên, hãy nhớ rằng sự phát triển của con bạn được quyết định chủ yếu do di truyền. Dinh dưỡng kém chỉ tác động đến tỉ lệ phát triển của trẻ. Ngày nay, khó mà tìm ra một trường hợp nào trẻ phát triển không bình thường do chế độ dinh dưỡng kém. Thúc một đứa trẻ có "gien lùn" ăn nhiều thức ăn, nhiều vitamin hơn mức cần thiết, khoáng chất hoặc những chất dinh dưỡng được quy định chắc chắn sẽ không gia tăng chiều cao lên được bao nhiêu.

Những vấn đề ngoài tầm tay bạn:

Bạn đang lo lắng liệu con bạn có cao bằng các bạn cùng lớp không nhưng câu hỏi quan trọng hơn được trả lời ngay là con bạn có đang phát triển ở mức độ bình thường không. Nếu bác sĩ nghi ngờ có vấn đề - như tỉ lệ phát triển của cháu bình thường nhưng vừa mới chậm lại - có thể cứ cân đo cháu cẩn thận hơn trong một vài tháng nữa để biết liệu sự phát triển của trẻ bị ảnh hưởng do vấn đề về sức khỏe hay chỉ là sự thay đổi thông thường, và chuyện phát triển chậm lại đó có phải do dinh dưỡng không.

Còn lại thì các nguyên nhân khác làm cho cháu cao hay thấp không nằm trong tầm tay bạn mà là do một trong những yếu tố sau:

- Tầm vóc thấp do di truyền: Những trẻ em này thừa hưởng gien vóc dáng thấp từ bố mẹ chúng. Thường là một hay cả hai người

hay cả họ hàng cũng đều thấp. Mặc dù chúng thấp hơn mức trung bình trên biểu đồ phát triển nhưng những trẻ em này đều phát triển bình thường và khoẻ mạnh, không có triệu chứng nào của bệnh tật ảnh hưởng đến sức khoẻ của cháu. Chúng thường đến tuổi dậy thì vào độ tuổi trung bình và cuối cùng sẽ cao bằng bố mẹ của chúng. Nói chung, không có phương pháp điều trị nào dành cho các trẻ thiếu chiều cao do di truyền tỏ ra hữu hiệu.

- Chậm phát triển thể chất (chậm dậy thì): Mặc dù có kích thước trung bình từ khi mới sinh nhưng những đứa trẻ trải qua một khoảng thời gian phát triển chậm hơn mức bình thường (trong khoảng từ 6 tháng đến 2 năm tuổi) thì khi được 2-3 tuổi, nó chậm phát triển về thể chất. Khi đến tuổi dậy thì, nó sẽ phát triển bình thường và trải qua giai đoạn dậy thì trễ hơn so với những thiếu niên khác. Vì tuổi dậy thì đến trễ, chúng sẽ tiếp tục phát triển sau khi những thiếu niên khác đã dừng lại và vì thế chúng "theo kịp" bạn cùng trang lứa khi cao gần bằng người lớn. Bố mẹ hay họ hàng thân thiết của những đứa trẻ này trước kia chắc hẳn cũng chậm dậy thì. Trẻ em chậm phát triển về thể chất không cần một biện pháp điều trị nào cả.

Nếu bác sĩ nhận thấy con bạn phát triển quá chậm hay gần như thế, họ sẽ thực hiện các cuộc kiểm tra kỹ hơn để đề ra các phương pháp điều trị thích hợp.

- Ngoài các yếu tố trên, một số tác nhân khác gây nên tình trạng chậm phát triển và vóc dáng nhỏ bé của trẻ là sự giảm hoạt động của tuyến giáp, sự thiếu hụt hoocmon tăng trưởng, chứng loãng xương, một số điều kiện về di truyền, sự kém dinh dưỡng và sự thay đổi bệnh mãn tính.

Giai đoạn tự chăm sóc bản thân

Khi con bạn phát triển đến một giai đoạn nhất định, cháu sẽ tự mình làm một số việc như thay quần áo, lấy chén đũa ăn cơm. Việc học cách tự chăm sóc bản thân mình là một phần quan trọng trong quá trình phát triển nhân cách cá nhân và nhận thức xã hội của trẻ.

Nhu cầu tự chăm sóc của trẻ phát triển khi nào?

Trẻ có nhu cầu tự chăm sóc bản thân từ rất sớm, đôi khi chỉ vừa được 1 tuổi. Khả năng này bắt đầu bộc lộ rõ khi trẻ được 18 tháng tuổi. Khi cháu được 4 tuổi, mặc dù trẻ vẫn cần sự giúp đỡ và chăm sóc của bạn nhưng hầu hết đã biết cách tự mình làm lấy một số việc như: mặc quần áo, chải răng, rửa tay, ăn một mình và tự đi tắm.

Quá trình tự chăm sóc của trẻ diễn ra như thế nào?

Mặc dù con bạn không có khả năng tự chăm sóc bản thân cho đến khi cháu đến tuổi tập đi, nhưng bạn sẽ sớm nhận ra một số thay đổi ở cháu. Vào khoảng 8 tháng tuổi, con bạn đã bắt đầu hiểu một vật liên quan đến một vật khác như thế nào và bắt đầu sử dụng đồ vật đúng chức năng của nó. Cháu biết dùng lược chải đầu, bập bẹ nói qua điện thoại đồ chơi và còn làm được nhiều điều khác nữa. Một vài tuần sau đó, cháu đã tự uống hết một ly nước và vài tháng sau cháu đã tự cầm ly để uống. Đến 11 tháng tuổi, cháu biết đưa tay hay chân lên khi bạn mặc quần áo cho cháu.

Con bạn sẽ thật sự có những cảm nhận riêng của mình khi cháu được 1 tuổi. Khoảng 15 tháng tuổi, cháu nhận ra mình ở trong gương và không còn cố với tới để chạm vào một đứa bé khác khi đứng trước gương nữa. Ngay sau đó, cũng giống như những đứa trẻ khác, cháu sẽ trải qua thời gian liên tục nói "không" . Đó là cách tự bộc lộ cảm giác tự lập của trẻ.

Do nhận thức cá nhân phát triển, 3 năm sau, trẻ sẽ có nhiều tiến bộ trong việc tự chăm sóc bản thân. Con bạn sẽ nắm vững một vài kỹ năng như:

–**Dùng muỗng:** một số trẻ đòi tự mình dùng muỗng khi được 13 tháng tuổi và hầu hết trẻ em biết được kỹ năng quan trọng này khi được 17-18 tháng tuổi. Khi lên 4 tuổi, con bạn đã sử dụng được muỗng và đũa như người lớn và cháu bắt đầu học cách ăn của người lớn.

–**Tự cơi quần áo:** Con bạn học được cách cởi quần áo trong khoảng thời gian từ 13 đến 20 tháng tuổi.

–**Đánh răng:** Cháu bắt đầu muốn tự làm việc này khi được 16 tháng tuổi, nhưng chỉ đến 3 hay 4 tuổi cháu mới có đủ khả năng làm việc đó một mình.

–**Rưa và lau khô tay:** Kỹ năng này phát triển trong thời gian từ 19 đến 30 tháng. Đây là điều mà bạn nên dạy cho cháu biết sớm khi sử dụng nhà vệ sinh vì chắc hẳn là bạn không muốn tay cháu đầy vi khuẩn.

–**Mặc quần áo:** Cháu có thể tự mặc quần áo rộng khi được 20 tháng tuổi.Trẻ vẫn cần một vài tháng trước khi có thể tự mặc áo chui đầu và phải mất từ một đến 2 năm nữa mới tự mặc được mọi loại quần áo. Đến khoảng 27 tháng tuổi, cháu mới có thể tự cởi giày.

–**Sư dụng nhà vệ sinh:** Hầu hết trẻ em đều chưa thể tự đi vệ sinh cho đến khi chúng được ít nhất 18 đến 24 tháng. Một số khác thì phải mất thêm 1 năm sau mới biết được. Dấu hiệu cơ bản cho biết khi nào thì trẻ đã hiểu được điều này là cháu biết khi nào thì mình cần đi vệ sinh và thể hiện cho bạn biết bằng cách rên nho nhỏ hay mặt mũi đỏ ửng lên. Nếu bạn muốn biết nhiều hơn về vấn đề này, hãy xem cách hướng dẫn trẻ tự làm vệ sinh.

–**Tự ăn:** trẻ em lên 3 tuổi đã biết tự bới cơm ăn khi đói. Và khi được 4 tuổi rưỡi thì trẻ đã làm được điều này một cách thành thạo. Nếu con bạn muốn tự mình làm điều này, bạn nên bí mật giúp cháu bằng cách để chén cơm hay ly sữa ở một nơi vừa tầm tay của trẻ.

Sau đó trẻ phát triển thế nào?

Theo thời gian, con bạn sẽ tự chăm sóc mình tốt hơn. Trước khi bạn nhận ra điều đó, cháu đã có thể tự cột dây giày và tự tắm bằng vòi sen. Và lúc này chỉ là vấn đề thời gian cho đến khi cháu biết giặt giũ và nấu nướng.

Vai trò của người lớn: Khuyến khích trẻ là điều quan trọng nhất! Bất cứ lúc nào cháu thử làm một việc gì, cho dù cháu có làm được hay không, bạn cũng nên nói với cháu rằng bạn rất tự hào về sự cố gắng của cháu và khuyên cháu thử làm lại một lần nữa. Bạn cũng đừng vội giúp cháu, điều cần thiết nhất là cháu có đủ thời gian để tự mình làm được những điều này, việc nhanh hay chậm tùy thuộc vào mỗi đứa trẻ. Vì thế đừng tạo áp lực cho cháu mà hãy cư xử thật khéo léo. Nếu việc học rửa tay của cháu làm cho buồng tắm lộn xộn trong một vài ngày, hay cháu cứ chọn mặc áo len cũ, một cái váy màu đỏ chói, quần jean xanh, và dép cao su, hãy cứ để cháu tự nhiên. Càng luyện tập nhiều, cháu càng khá hơn. Hãy theo sát con bạn khi cháu bắt đầu tự làm một điều gì.

Tuy nhiên nhớ nhắc nhở và giải thích cho cháu biết những việc cháu không được làm như không được bật lò nướng lên hay dùng dao cắt thịt. Chắc chắn ban đầu cháu sẽ chống lại, không thich... nhưng rồi cháu sẽ hiểu ra thôi.

Bạn phải lo lắng khi nào?

Tốc độ phát triển các kỹ năng của trẻ rất khác nhau, một số trẻ phát triển rất nhanh. Nhưng nếu con bạn không quan tâm đến việc tự mình làm một điều gì lúc cháu lên 2 tuổi, hãy nhờ đến sự chẩn đoán của bác sĩ nhi khoa. Nhưng bạn cứ yên tâm, rồi trẻ cũng sẽ biết

cách tự chăm sóc và sẽ phát triển bình thường cho dù trễ hơn các trẻ cùng lứa khác.

Ngôn ngữ trong năm đầu tiên

Có thể con bạn sẽ nói sớm hơn hoặc muộn hơn so với những đứa trẻ khác. Nhưng khi cháu bắt đầu phát ra được những tiếng như "ba" hay "ma ma ma" (khoảng 10 tháng) và cứ thế "nói" tiếp thì bạn không việc gì phải lo lắng.

Hãy so con bạn với những tóm tắt chung dưới đây:

- Mới sinh: khóc, nhận ra tiếng mẹ.

- 1-4 tháng: mỉm cười, cau mày, cười to, nói bập bẹ những tiếng như "ô" và "a", nhận ra tiếng gọi tên bé.

- 5-7 tháng: hiểu được các từ "mẹ" và "ba".

- 7-8 tháng: nói bập bẹ thành chuỗi "ba ba ba", "ma ma ma".

- 8-12 tháng: làu bàu, khóc nhai nhải, nói những tiếng khác nhau thành câu vô nghĩa, làm những cử chỉ có nghĩa như chỉ vào một đồ vật, giơ tay lên đòi được bồng...

- 11-14 tháng: có thể nói những từ đầu tiên, hiểu được khoảng 50 từ hoặc hơn.

Khả năng tự chăm sóc ở tuổi tập đi

Khi con bạn còn là một đứa trẻ sơ sinh, bạn phải tự tay làm mọi thứ cho cháu: thay tã, lau miệng sau bữa ăn... Nhưng lớn hơn, bé sẽ biết tự làm một vài việc nhỏ như cởi áo, lấy chén ăn cơm. Nhìn bé làm những việc đó một cách vụng về, bạn có cảm giác vừa vui vừa lo lắng. Nhưng bạn cũng cần biết rằng, tự chăm sóc bản thân là một phần quan trọng của sự phát triển của trẻ về mặt cá nhân và xã hội.

Từ 12 - 18 tháng:

Nhận thức về sự tự lập của con bạn nảy nở khi bé được 1 tuổi. Khả năng nhận thức về bản thân đang bắt đầu phát triển (khoảng 15 tháng tuổi, con bạn đã nhận ra mình trong gương và không còn cố với tay để chạm vào một bé khác trước mặt vì bé đã nhận ra đó chính là mình). Điều đó khiến cho bé muốn tự mình tìm cách học hỏi mọi thứ. Không lâu sau, con bạn cũng như hầu hết các trẻ đang tập đi khác sẽ trải qua giai đoạn luôn nói "không" với tất cả mọi thứ. Bạn bảo "để mẹ gài nút áo cho", bé không chịu và đẩy ra, cố tự làm một mình...

Được 13 tháng tuổi, con bạn đã tự cởi quần áo, bắt đầu từ những thứ đơn giản như quần thun và vớ. Sau đó, bé sẽ tự tìm cách cởi áo, váy đầm và những quần áo cầu kỳ hơn. Trong khi bạn bực bội vì phải mang vớ lại nhiều lần cho bé thì đối với nó, việc cởi được vớ là một thành công lớn và bé rất tự hào về điều đó.

Một kỹ năng nữa mà bé bắt đầu học trong thời gian này là sử dụng muỗng. Một số trẻ biết dùng muỗng khi chúng mới được 13 tháng tuổi và hầu hết trẻ em thành thạo việc này khi được 18 tháng tuổi. Nhưng cầm được muỗng không có nghĩa là bé sẽ cho thức ăn vào miệng gọn gàng được. Con bạn chắc chắn không thể dùng thành

thạo được như người lớn cho đến khi bé lên 4 tuổi. Vì thế, hãy chuẩn bị dọn dẹp những đống bừa bộn bé bày ra trong thời gian này. trở về

Từ 19 - 24 tháng:

Vào khoảng 20 tháng, hầu hết trẻ em đã biết tự cởi quần áo. Đây là một thành công quan trọng đối với trẻ, và bé thích làm đi làm lại cho bạn xem. Đây cũng là thời gian mà mọi người trong gia đình bạn phải mất công chạy theo bé trong lúc bé không mặc quần áo. Khi bé đã biết cởi quần áo, bé cũng bắt đầu biết mặcquần áo vào. Nhưng bé phải cần thêm một thời gian nữa mới có thể mặc đượcáo chui đầu vì điều này đòi hỏi một sự nhanh nhẹn mà lúc này bé chưa có được.Ở giai đoạn này, bé cũng bắt đầu quan tâm đến việc tự làm vệ sinh. Dấu hiệu cho thấy bé đã biết được điều này là thở hổn hển một cách khó nhọc và báo cho người lớn biết bé muốn đi vệ sinh trước khiquá muộn. Để biết thêm thông tin, xem Hướng dẫn trẻ làm vệ sinh.

Nếu bé đang học cách dùng bô, bạn cũng nên dạy cho bé biết cách rửa sạch và lau khô tay.Cần chỉ cho bé từng bước một và phải nhắc bé làm thường xuyên. trở về

Từ 25 - 30 tháng:

Khi bé đã biết mặc và cởi quần áo, bé cũng đã biết tháo giầy ra. Đây tưởng chừng như là một kỹ năng đơn giản nhưng thực ra không phải vậy. Bé cần phải thật khéo léo mới có thể tháo giầy ra từng chiếc một, và nếu phải làm việc này khi đang đứng, bé cần phải giữ thăng bằng trên một chân. Hãy để bé thay quần áo vài lần mỗi ngày, điều đó rất tốt. Dù thế nào đi nữa thì trẻ em vẫn thường làm bẩn quần áo khi chơi và trong lúc ăn. Ngược lại, nếu con bạn không muốn tự thay quần áo, bạn cũng đừng ép buộc cháu.

Giai đoạn này cũng là lúc bạn hãy giảm bớt sự chăm sóc đối với trẻ.

Con bạn bắt đầu thực hiện một số nguyên tắc vệ sinh cơ bản. Cháu có thể chưa nhớ là phải cầm theo khăn lau mũi, nhưng bạn hãy dạy cháu cúi mặt xuống, che mũi lại khi nhảy mũi. Đây là phép vệ sinh cơ bản mà các nhà trẻ vẫn thường dạy cho trẻ em đề tránh lây nhiễm các bệnh thông thường.

Đây là thời gian con bạn muốn tự mình làm mọi thứ, vì thế cháu cứ khăng khăng đòi tự đánh răng. Hãy để bé thử làm, nhưng bạn phải ở bên cạnh để giúp bé. Con bạn cần một thời gian nữa mới có thể tự đánh răng (khi bé được 6 hay 7 tuổi). trở về

Từ 31- 36 tháng:

Khi con bạn gần được 3 tuổi, bé muốn tự mình làm nhiều việc hơn nữa. Bé tự lấy chén xới cơm và tự pha sữa. Bạn hãy tạo điều kiện cho bé làm được điều đó. Ví dụ như bạn nhờ bé mang chén lại cho bạn xới cơm. Sau đó nhờ bé rót sữa ra tách từ một ấm nhỏ. Bạn hãy động viên tính tự lập của con mình bằng cách để một ít nho khô và bánh quy trong đĩa nhựa rồi đặt trong tầm với của bé. Có thể bé làm đổ một ít lên sàn nhà nhưng bạn đừng để ý mà hãy hoan nghênh những cố gắng của bé.

Ở tuổi này, con bạn muốn tự mang giầy và cố gắng gài khuy áo... Chuyện này làm cho thời gian sinh hoạt buổi sáng của bạn sẽ kéo dài thêm 10 phút. Tuy nhiên, bạn vẫn sẽ có đủ thời gian nếu dậy sớm hơn thường ngày một chút. Con bạn sẽ rất phấn khởi khi được là "người giúp việc" cho bạn và có thể làm những việc đơn giản như mang lược chải đầu và nón đến cho bạn vào mỗi buổi sáng hay dọn chén đũa, muỗng để ăn cơm tối. Hãy tận dụng những lúc nàyđể dạy cho bé tự cất đồ chơi sau khi chơi xong. Mặc dù bé chưa thể tự dọn dẹp phòng mình nhưng nếu bạn đề nghị bé cất đồ chơi trở lại vào thùng hay giúp bạn xếp sách lên kệ, bé sẽ rất thích thú cùng làm với bạn. trở về

Khi nào phải lo lắng?

Tốc độ phát triển các kĩ năng của trẻ rất khác nhau, một số trẻ phát triển nhanh hơn các em khác cùng lứa. Nhưng nếu trẻ không tỏ ra quan tâm đến việc tự mình làm bất cứ một điều gì khi bé đã lên 2 tuổi hoặc không thể tự đáp ứng cho những nhu cầu cơ bản của mình, ngay cả việc tự ăn, bạn nên hỏi ý kiến bác sĩ. Nhưng hãy yên tâm, con của bạn có thể chỉ trải qua nhữngthời kỳ quan trọng khác chậm hơn so với những trẻ cùng lứa mà thôi.

Một số trẻ em rất có ý thức về ăn mặc. Nhưng hầu hết các bậc cha mẹ lại hay phát khùng lên và không có thời gian rảnh để suy

nghĩ về quần áo của bé cũng như không coi trọng lắm về màu sắc mà nhiều trẻ thích. Nếu con bạn khăng khăng đòi chọn bộ quần áo cho riêng mình, bạn nên tạo điều kiện cho bé chọn lựa. Bạn đưa cho bé 2 bộ để bé chọn một trong hai. Một số bậc cha mẹ thường tiết kiệm thời gian buổi sáng bằng cách cho bé chuẩn bị quần áo từ đêm hôm trước. Cảm giác tự hào mà bé có khi được chọn quần áo riêng cho mình sẽ làm cho bạn vui lây và quên đi những khó khăn khác.

Khả năng tự chăm sóc của trẻ sẽ tiến bộ rất nhanh trong năm đầu tiên bé chuẩn bị đi học. Hầu hết đã biết tự làm những việc đơn giản như: mặc quần áo, rửa tay, ăn uống và tắm (nhưng không nhất thiết phải làm sạch).

Càng lớn, con bạn lại càng cố gắng tự lập. Trước khi bạn nhận ra điều này, bé đã có thể tự cột dây giày và tắm bằng vòi sen. Và lúc này chỉ còn là vấn đề về thời gian cho đến khi trẻ biết giặt quần áo và nấu ăn. Đến lúc đó, cho dù bạn có ước được chăm sóc như hồi còn là trẻ sơ sinh một lát thôi thì bé cũng sẽ không đồng ý. Nhưng thực ra, điều này chính là sự thể hiện tính tự lập của bé và cũng chính là một phần thưởng quý báu cho những gì bạn đã làm cho bé.

Giúp đỡ bé trong từng giai đoạn phát triển

Nếu biết cách giúp đỡ con trong những thời điểm quan trọng, nó sẽ phát triển thành đứa bé khỏe khoẳn, lanh lợi, năng động. Sau đây là những gì bạn nên làm để giúp cho cháu ở những thời điểm quan trọng:

Tre sơ sinh:

Bể phải trải qua một chặng đường dài trước khi có thể đi chập chững quanh phòng. Để hoàn thành mỗi chặng đường, dù chúng có nằm yên, lăn qua lăn lại hay đi, một đứa bé cần có sự kết hợp đúng cách giữa sự phát triển sức mạnh cơ bắp, sự thăng bằng và sự giúp đỡ của cha mẹ. Sau khi trẻ sơ sinh có thể giữ cho cái đầu ngay ngắn, chúng bắt đầu tìm cách cử động. Chúng cố gắng nâng khuỷu tay lên, sau đó là nâng toàn bộ cánh tay. Trẻ sơ sinh phải qua 6 tháng đầu đời mới điều khiển được tư thế, đó là nền tảng cho tất cả các cử động khác như với tay và cầm nắm. Khi thay đổi trọng lượng, con bạn sẽ phát triển sức mạnh của cánh tay kết hợp với cơ bắp ở vai. Điều này giúp bé có thể đưa tay chéo ngang qua đầu hay giơ tay lên trời. Với phần thân trên vững chắc, cháu còn dùng tay để tác động và tự điều khiển cái đầu nó khéo léo hơn.

Củng cố kỹ năng cho cháu: đặt con bạn nằm sấp trên sàn trong một thời gian ngắn để cháu luyện tập đều đặn mỗi ngày (tuy nhiên không phải vào giờ ngủ trưa hay tối của cháu để tránh những nguy hiểm của hội chứng đột ngột tử vong ở trẻ em)

Với tay và cầm nắm (4-5 tháng):

Khi mới sinh, con bạn thường nắm chặt tay. Trong tuần đầu, cháu sẽ vung vẩy tay và tự động nắm chặt trong lòng bàn tay bất cứ vật gì. Khi những phản ứng này biến mất, vào khoảng 3-4 tháng

tuổi, nỗ lực đầu tiên điều khiển bàn tay của bé sẽ gặp trục trặc: cháu sẽ dùng cả hai tay để cầm đồ vật. Khoảng 6 đến 7 tháng tuổi con bạn sẽ với tới và ngồi khá hơn có nghĩa là cháu sẽ tìm hiểu kỹ hơn những đồ vật thu hút cháu. Mặc dù con bạn có thể để đồ vật trên tay rơi xuống, nó vẫn không thể thả cho vật rơi một cách hiệu quả và chính xác cho đến khi cháu được 18 tháng tuổi.

Củng cố kỹ năng cho bé: để những đồ vật khác nhau trong tầm tay bé, cho bé những đồ chơi vừa với bàn tay cũng như những đồ vật lớn hơn đòi hỏi bé phải cầm bằng cả hai tay. Cũng cần thay đổi hình dạng của đồ chơi: ví dụ như nhặt một quả banh đòi hỏi các kỹ năng khác so với cầm một khối vuông. Hãy đặt và di chuyển cả hai đồ vật đó sao cho vừa tầm với của bé, đôi khi đặt bên cạnh cháu để cháu phải xoay người mới lấy được chúng.

Biết lật qua lật lại (4-6 tháng):

Khi con bạn được 4 tháng, hãy đặt những đồ vật cháu thích ở một chỗ xa đủ cho cháu luyện tập để với tới đó. Lúc giơ tay lên, cháu có thể nghiêng người xa một chút và đột nhiên cảm thấy khó khăn, bị giật mình nhưng không hoảng sợ. Cuối cùng cháu sẽ biết cách lật qua lật lại theo ý mình. Cái lật vụng về đầu tiên của bé gọi là lật vòng tròn vì nửa trên và nửa dưới của thân người bé di chuyển như là một thể thống nhất. Khoảng 6 tháng tuổi con bạn có thể xoay vòng thân mình, khung xương chậu của bé bắt đầu uốn cong lại và cả vai cũng vậy. Xoay người ở thắt lưng cho phép cháu nhìn xung quanh khi ngồi. Khi con bạn nằm ngửa, bé sẽ tự đá chân mình, nhấc mông khỏi mặt đất, và đưa ngón chân lên miệng, cử động đó làm cho cơ bụng mạnh thêm. Cháu sẽ sớm lật ngược lại tốt hơn.

Củng cố kỹ năng của bé: Cho bé ở trên sàn rộng để lăn và lật khi bé muốn.

Ngồi thẳng dậy (6-7 tháng):

Những động tác trên giúp trẻ phát triển cơ ở lưng và bụng. Giờ đây, bé có thể tự điều khiển được tư thế của mình và đứng thẳng lưng, dù chỉ là trong chốc lát, trước khi cháu ngồi xuống mà không cần ai giúp đỡ. Để giữ thăng bằng, trẻ em dựa vào hệ thống tiền đình, là bộ máy cơ thể dùng để duy trì sự cân bằng và nhận biết

chuyển động trong không gian. Hệ thống hoạt động bên trong tai tiếp nhận thông tin về tình trạng của cơ thể và gửi chúng đến não bộ. Vì thế con bạn có thể điều chỉnh được dáng điệu của nó và kết hợp để giữ cơ thể vững chắc. Khi con bạn được gần 8 tháng tuổi, cháu có thể với ngang qua thân mình để lấy thức ăn hay đồ chơi. Di chuyển tay phải về phía bên trái và ngược lại. Cả hai bán cầu não của cháu đã được sử dụng, đây là một bước tiến quan trọng trong việc kết hợp nhiều hoạt động cùng lúc.

Củng cố kỹ năng của bé: Cho bé ngồi giữa các đồ chơi có sức hấp dẫn, đặt một số đồ chơi bên cạnh để cháu cử động một số cơ trong lúc xoay người để lấy. Hãy để nệm ở xung quanh cháu phòng khi cháu mất thăng bằng. Ẵm và đu đưa cháu qua lại, để cháu nhún nhảy trên đầu gối, cùng nhảy với bé để tạo cho bé những cảm giác khác nhau.

Bò (7-9 tháng):

Khi con bạn lần đầu tiên cố gắng bò bằng tay và đầu gối, cháu bắt đầu tò mò. Sự tò mò sẽ khiến cháu thử di chuyển về phía trước bằng các phương thức khác nhau. Cháu có thể tì lòng bàn tay lên mặt sàn (giống như đẩy về phía sau) và tì cả chân lên mặt sàn (xếp lại ở giữa), giơ một tay lên (và cúi mặt xuống) hoặc đá một chân ra (rồi lại cúi mặt xuống). Hành động bò có thể được thực hiện dưới nhiều hình thức như di chuyển bằng chân và tay, mông đưa lên cao, tay và bụng chạm sàn hay bò nhanh nhẹn bằng tay và đầu gối. Đừng cố gắng thúc đẩy quá trình giữ thăng bằng này. Giáo sư Jane Smith chuyên điều trị cho trẻ em ở Mỹ nói: "Chẳng có ích gì khi bạn cho cháu dùng các dụng cụ thúc đẩy khả năng đứng sớm". Những đồ tập đi thật sự làm trì hoãn sự phát triển vì cái giá lớn của xe tập đi (ngang hông bé) che hết, không cho bé nhìn thấy chuyển động của chân, khiến cháu không hồi ứng được, trong khi chính nhân tố này giúp cho việc nhận định sự phát triển về thể chất lẫn tâm lý.

Củng cố kỹ năng cho bé: Cho bé tập bò trên những bề mặt khác nhau nhưng an toàn như trải nệm ở trên sàn hay dắt cháu ra ngoài bãi cỏ. trở về

Đứng thẳng (7-9 tháng):

Tập cho cháu đứng thường dễ hơn nằm. Khi phải cố gắng chống lại lực hút của trái đất, cơ thể nhỏ bé này bắt đầu khởi động bằng cách nhận biết cơ bắp ở chân và toàn thân cứng cáp hơn. Khi không điều khiển đủ tầm xa, cháu sẽ hạ thấp người hơn bằng cách ngồi phịch xuống. Cháu sẽ tập ngồi xổm xuống trong khi tay vịn vào thành nôi hay là những đồ vật khác. Trong khi đứng, con bạn sẽ cảm thấy căng thẳng, bồi hồi và trọng lượng sẽ thay đổi. Trọng lượng sẽ thay đổi từ từ khi cháu bước ngang hay khi đi dạo. Kỹ năng vận động này rất quan trọng, đặc biệt là khi trẻ vịn vào đồ vật để đi chứ không nắm tay bố mẹ, điều này cho phép cháu điều khiển tốt hơn và quyết định độ dài của bước chân và thời gian bước. Đi dạo cũng giúp phát triển các phản ứng thăng bằng của trẻ, khi ngón chân bám vào sàn và sử dụng cơ hông - sự xoay người hoàn hảo cuối cùng trước khi tự đi một mình.

Củng cố kỹ năng của bé: Hướng dẫn bé đi về phía những đồ vật cứng ở một độ cao nhất định để bé có thể với tới. Bé phải đứng thẳng lưng, không được cong trong khi đứng hay đi. Những đồ chơi có bánh xe mà bé có thể cầm hay đẩy đi xung quanh sẽ khuyến khích bé cử động. trở về

Tự đi được một mình (9-18 tháng):

Khi con bạn điều khiển được phần thân trên, đã biết xoay thắt lưng và có thể thay đổi chân, bé đã sẵn sàng kết hợp các kỹ năng vận động cho một hoạt động cuối cùng: cất bước chân đầu tiên mà không cần sự giúp đỡ. Cháu sẽ có một dáng điệu riêng của một người đã biết đi: chân mở rộng và bước nhẹ, bụng đưa ra phía trước, tay đưa lên cao. Kiểu đi mới lạ này tạo nền tảng cho khả năng chống đỡ. Dùng tay không chỉ giúp bé giữ thăng bằng mà còn giúp ổn định phần thân trên, vì thế bé có thể tập trung vào phần thân dưới. Bởi vì các em bé chưa thể đứng thăng bằng lâu trên một chân, chúng có thể đưa chân lên rồi bỏ xuống thật nhanh và có thể đi chập chững từng bước ngắn. Tập đi là một việc làm tất yếu nhưng chẳng có gì bất thường khi trẻ đánh mất kỹ năng vận động đầu tiên này tạm thời. Các nhà nghiên cứu thấy rằng có thể một đứa trẻ mới tập đi sẽ quay lại tập những động tác về tay mặc dù trước đó chúng đã tập cầm nắm. Điều quan trọng là do bộ óc cần nhận thức lại chính nó khi một kỹ năng mới

được tiếp thu sau một vài tuần. Khi cánh tay không cần phải đưa lên cao trong lúc đi nữa thì trẻ em tập đi sẽ chỉ đưa một tay.

Củng cố kỹ năng của bé: cho bé tập đi trong nhà ở những chỗ an toàn để cháu có thể đi được ở bất cứ nơi nào. Đi chân đất là tốt nhất khi ở trong nhà. Khi bé đã vững vàng trên đôi chân của mình, hãy mang giầy mềm cho bé để bé tập đi trên sân cỏ, con bạn khó mà chịu dừng lại khi bé dùng kỹ năng đi đứng để chạy, leo trèo, nhảy nhót, đi tới đi lui và một ngày nào đó cháu có thể thử "đấu quyền Anh"!

Sự phát triển của trẻ 12 tháng tuổi

Bước được những bước chân đầu tiên là sự kiện quan trọng đầu tiên của trẻ trong giai đoạn này. Đôi khi trong tháng này, con bạn đã tự mình bước những bước chân đầu tiên (nhưng nếu cháu chưa đi được, bạn cũng đừng lo lắng). Hầu hết trẻ em bước những bước dài trên đầu ngón chân và hai mũi chân đưa về hai bên. Cũng vào thời gian này, con bạn bắt đầu tự ăn bằng muỗng mặc dù cháu vẫn thường đút thức ăn ra ngoài miệng.

Trò chơi mới:

Giờ đây, trò chơi của con bạn sẽ thay đổi, bắt đầu từ việc nắm vững các kỹ năng vận động (cháu biết dùng ngón cái và ngón trỏ để cầm nắm một vật) đến việc luyện tập các cơ bắp. Một số trẻ em ở tuổi này kéo dài thời gian chú ý khoảng 2 đến 5 phút vào những hoạt động im lặng: chăm chú ngắm nghía và mân mê bàn chân nó chẳng hạn.

Cháu thích đẩy, ném và xô ngã mọi thứ. Cháu sẽ cho bạn một món đồ chơi rồi đòi lấy lại, và thích chơi với những thứ có thể bỏ đồ vào rồi đổ ra như cái thùng giấy, hộp...

Cháu cũng thích chơi với những chiếc bình và xoong nồi bằng cách đặt cái nhỏ vào trong cái lớn hơn, thích làm mọi người giật mình bởi tiếng động lớn chúng gây ra khi đập các đồ vật vào nhau

Làm cho giờ đi ngủ trở nên thoải mái hơn:

Khi trẻ ngủ những giấc ngắn trong ngày, bạn sẽ có chút ít thời gian để nghỉ ngơi và chăm sóc bản thân. Nhưng khi con bạn được gần 1 tuổi, cháu sẽ bắt đầu không chịu ngủ trưa, và sự tự do phát triển sẽ khiến cháu làm rối loạn giờ giấc ngủ.

Nếu bạn tắm hay kể chuyện cho cháu nghe trước khi đi ngủ, điều đó sẽ giúp ổn định giờ giấc ngủ của cháu. Đó cũng là một ý kiến hay trong việc kiên trì thực hiện một chuỗi hành động nào đó cho đến khi bé thiu thiu ngủ: cho ăn, tắm và mặc đồ ngủ vào cho cháu, chơi một trò chơi nào đó, đọc sách cho cháu nghe, hát một bài hát hay cho nghe một bản nhạc, sau đó đặt cháu xuống giường. Bất cứ điều gì bạn làm đều nên xếp vào kế hoạch đều đặn, điều đó sẽ tạo nhiều thời gian cho bạn ở bên con mình nhiều hơn. Bạn có thể phân chia các hoạt động này với chồng mình (bạn tắm cho con, anh ấy đọc truyện và cứ như thế) vào mỗi buổi tối, hoặc tạo cho cả hai một ít thời gian nghỉ mỗi tuần, cố gắng cắt bớt những đêm bạn phải đảm nhận việc cho con ngủ.

Thật khó rời cháu ra:

Con bạn tự nhiên yêu và nương tựa vào bạn. Vì thế, cháu rất buồn khi bạn phải có việc rời cháu ra như phải đi chợ, đi vệ sinh, cháu phải đi ngủ... Hãy đơn giản hóa việc bạn đi khỏi, đừng kéo dài tình trạng này quá mức cần thiết bởi những lời tạm biệt, mi gió, "bái bai"... Hãy nhanh lên và chỉ cần hôn một cái là đủ. Con bạn sẽ sớm ngừng khóc khi bạn ra ngoài.

Học nhiều ngôn ngữ hơn:

Thời điểm này, vốn từ của trẻ có thể chỉ gồm một vài từ ngoài những từ quen thuộc như "ma ma", "măm măm" và "ba ba". Nhiều đứa trẻ 1 tuổi đã bập bẹ nói được những câu ngắn, đầy đủ giọng điệu mà nghe như chúng đang nói một thứ tiếng nước ngoài.

Lúc này con bạn cũng có thể đáp lại những câu hỏi và những yêu cầu đơn giản, đặc biệt nếu bạn cho cháu một số gợi ý bằng những điệu bộ. Ví dụ hỏi cháu "miệng con đâu?" và chỉ vào miệng. Hoặc thử bảo cháu "đưa mẹ cái tách nào" và chỉ vào cái tách. Con bạn cũng có thể trả lời theo cách riêng của cháu, chỉ sử dụng cử chỉ riêng, như là lắc đầu để nói "không".

Hãy tận dụng sự tiếp thu của trẻ để bắt đầu dạy trẻ cách ứng xử và làm thế nào để giúp đỡ người khác. Hãy nhấn mạnh từ "làm ơn" và "cảm ơn" khi bảo cháu làm điều gì và làm cho các trò chơi của cháu thêm thú vị bằng cách chuyển hướng sang một trò chơi mới. Dù

cháu bé có thể không tiếp thu ngay được nhưng bắt đầu từ lúc này cũng không bao giờ là sớm.

Đặt tên cho mọi thứ:

Việc giúp trẻ gọi đúng tên đồ vật và tên của cháu hay không là tùy thuộc ở bạn. Bạn làm càng nhiều, vốn từ của con bạn càng phong phú hơn. Không ngừng nói chuyện với cháu và dán nhãn vào đồ vật. Đếm những bậc cầu thang khi con bạn đi lên và chỉ vào tên cùng màu sắc của trái cây hay hoa quả ở cửa hàng thực phẩm. Đọc cho con bạn nghe những cuốn sách có tranh ảnh minh họa và yêu cầu cháu chỉ hay gọi tên những nhân vật quen thuộc. Hỏi về suy nghĩ của cháu: thích mang vớ màu đỏ hay màu xanh, hoặc cháu thích chơi với con gấu hay búp bê... Cháu có thể sẽ không trả lời nhưng cứ thử lại lần nữa xem, bạn sẽ ngạc nhiên về khả năng học hỏi của cháu!

Con tôi có phát triển bình thường không?

Bạn nên nhớ rằng, mỗi trẻ em là một cá nhân riêng biệt và cháu có những sự phát triển riêng về thể chất với tốc độ tiến triển khác nhau. Những kỹ năng này đơn giản chỉ là một hướng dẫn về những gì trẻ có khả năng làm được bây giờ hay sau đó ít lâu.

Và nếu bạn sinh non thì con bạn cũng có thể làm được những điều tương tự như những đứa trẻ cùng tuổi. Đừng lo lắng quá!

Giai đoạn phát triển từ 1 - 2 tuổi

Nửa chặng đầu trong năm này, hầu hết các bé đã biết đi, nhiều trẻ bắt đầu trò chuyện. Khi bé được 2 tuổi, hầu hết các bậc cha mẹ đều không nhận ra rằng bé đã cao hơn thay vì đầy đặn hơn. Đừng ngạc nhiên khi tốc độ phát triển nhanh trong năm đầu tiên lại tạm ngưng lại. Con bạn sẽ thay đổi ở rất nhiều phương diện. Nên chụp hình và lưu ảnh của cháu lại để nhớ xem trước đây cháu như thế nào.

Con tôi phát triển như thế nào?

Suốt năm thứ hai trong cuộc đời, đứa bé bắt đầu đi chập chững có thể nặng gấp 3 lần so với khi mới sanh. Bạn sẽ chú ý đến sự thay đổi dáng điệu bề ngoài của bé hơn là sự phát triển thật sự. Thay vì bụng tròn, tay và chân mềm thích hợp cho việc bò bằng cả tay chân, suốt năm thứ hai này, con bạn gần như sạch sẽ, gọn gàng hơn, trở nên cứng cáp hơn do hoạt động nhiều hơn và bắt đầu ra dáng một đứa trẻ chuẩn bị vào trường hơn là một em bé như trước đây.

Tôi có nên lo lắng quá không?

Cũng giống các em bé, những đứa trẻ bắt đầu thay đổi vóc dáng cơ thể. Kích thước bình thường cũng tăng lên khi trẻ lớn hơn. Điều này tiếp tục đánh dấu sự phát triển của bé.

Bác sĩ nhi khoa sẽ giúp bạn trong những lần bạn khám định kỳ cho bé. Nhìn một đứa bé, bạn thường xem nó có quá gầy hay có sổ sữa không. Nếu kích thước cơ thể của trẻ tăng lên đều đặn trong suốt 2 năm đầu thì bạn yên tâm là con bạn đang phát triển bình thường.

Nếu con bạn vui vẻ, năng động và thích chú ý đến thế giới xung quanh, cháu sẽ đòi ăn đủ lượng thức ăn mà cơ thể cháu đòi hỏi. Bạn hãy cho cháu ăn những thức ăn giàu chất dinh dưỡng, làm cho bữa ăn vui vẻ, và cho phép cháu ăn những thức ăn tráng miệng mà cháu thích. Qua giai đoạn này, trẻ em thường lấy đủ chất dinh dưỡng chúng cần, một đứa bé nặng hơn bình thường cũng không nên ăn theo chế độ hạn chế lượng năng lượng mà không có một lời khuyên đặc biệt về y tế hay sự giám sát nào.

Tiếp theo thì sao?

Bạn có thói quen so con mình với những trẻ em khác: cao bao nhiêu, tập đi sớm thế nào, biết tập đếm ra sao. Mặc dù điều đó là quan trọng, nhưng hãy nhớ con bạn là con bạn, duy nhất, và hướng dẫn cháu biết chấp nhận những gì cơ thể cháu có. Chiều cao và cân nặng của cháu chỉ là tạm thời.

Con bạn sẽ còn phát triển tới kích thước mà gien của cháu quy định. Bạn cần giúp cháu nhận thức được điều đó.

Phát triển tâm thần vận động chung

Hãy so sánh để biết con bạn có phát triển tốt không.

Sơ sinh: Bé ngủ nhiều 20/24 giờ.

2 tháng:

Mỉm cười.

- Ngóc đầu lên một chút khi đặt trẻ nằm sấp.

3 tháng:

- Cười ra tiếng.
- Khi đặt trẻ nằm sấp, nó giữ được đầu và vai thẳng.

6 tháng:

- Phân biệt được người lạ, nhận ra mẹ.
- Khi đặt trẻ nằm sấp, trẻ biết xoay tròn, trườn và lật.
- Có thể ngồi dựa vào mẹ hay vào gối, vách tường...

9 tháng:

- Biết phát âm ba, má, bà và biết chào.
- Ngồi vững.
- Lẫy trườn giỏi, bò nhanh.
- Có thể vịn vào bàn ghế và tự đứng dậy, lần đi.

12 tháng:

- Phát được 2 âm, nhắc lại được những âm người lớn dạy
- Bắt đầu tập đi, lần theo ghế hoặc nếu được dắt một tay.

15 tháng:

- Thích chơi tập thể, thích bạn bè.
- Tò mò, khám phá đồ vật trong nhà.
- Đi vững, chạy còn dễ vấp ngã.
- Bò lên cầu thang, trèo lên ghế.

18 tháng:

- Ban ngày biết gọi đi tiểu tiện.
- Tự cầm lấy chén cơm xúc ăn bằng muỗng.
- Đi nhanh, chạy vững, lên cầu thang nếu được dắt môt tay.

21 tháng:

- Nói được câu dài, biết đòi ăn, đòi uống.
- Tự lên cầu thang một mình.
- Có thể xuống cầu thang nếu được dắt môt tay.

24 tháng:

- Nói nhiều, học hát các bài ngắn.
- Tự mặc quần áo, đánh răng và rửa tay.
- Lên xuống cầu thang môt mình.
- Biết đá bóng.

2-3 tuổi:

- Đặt nhiều câu hỏi.
- Có thể sống tập thể.
- Hiểu nhiều, biết nhiều người thân ngoài gia đình.

- Tay chân bớt vụng về, động tác khéo léo.

3-6 tuổi:

- Tuổi mẫu giáo.

- Tập kể chuyện, tập đếm, tập đàn đơn giản.

- Biết giữ vệ sinh ban đêm, nhận biết nhiều màu sắc.

7-11 tuổi:

- Tuổi đi học.

- Có thể tập trung trong một thời gian.

- Biết chia xẻ, chơi chung với các bạn bè khác.

- Cải thiện dần cách nói chuyện.

- Biết quan sát những hoạt động bên ngoài...

12-15 tuổi:

- Tuổi thiếu niên, tuổi dậy thì.

- Là giai đoạn thay đổi tâm sinh lý cũng như cả về thể chất và sự phát triển...

SỰ PHÁT TRIỂN CỦA TRẺ

Phản xạ kỳ diệu của trẻ sơ sinh

Ngay trong những giờ đầu tiên của cuộc đời, trẻ sơ sinh đã có khả năng thực hiện được những kỳ tích. Bằng hoàn toàn phản xạ, khi người ta đặt một ngón tay vào miệng nó, lập tức nó biểu lộ một cử chỉ muốn bú mẹ. Và khi người ta nâng nó lên, chân nó sẽ tự động chuyển dịch. Thời gian lý tưởng cho những cuộc thử nghiệm là khoảng hai tiếng sau khi bé đã bú tí. Trước bữa ăn, bé sẽ cáu kỉnh, nhưng nếu lại ngay sau bữa ăn, bé sẽ uể oải. Ngoài ra, khi bé bị đau, mệt mỏi, bị khó chịu bởi đói hoặc buồn ngủ, bé sẽ đáp ứng với những điều mà lẽ ra bé phải làm.

1.Tự động bước đi: Giữ cho bé đứng, hơi ngả về đằng trước, bé sẽ tự ý tiến lên một bước.

2. Định hướng: Khi dùng ngón tay kích thích vào một góc miệng bé, bé sẽ quay đầu và môi về phía đó, để tìm vú mẹ.

3. Những ngón chân nắm lại: Bé co quắp các ngón chân như muốn níu lấy ngón tay của thầy thuốc khoa nhi.

4. Dựng đứng: Khi người ta đặt bé đứng, bé sẽ tì trên những gan bàn chân, dùng sức của hai cẳng chân để dựng đứng lưng và gáy.

5. Gấp hai chi trên: Khi người ta bắt bé duỗi hai cánh tay, bé liền gấp chúng lại và đưa chúng về phía vai bởi một cử động phản xạ.

6. Nắm chặt những ngón tay: Ngay khi người ta đặt một ngón tay vào trong tay bé, lập tức bé khép các ngón tay lại và siết chặt. Phản xạ này sẽ diễn ra khi bé được 3 tháng tuổi.

7. Uốn cong thân hình: Thầy thuốc đặt bụng bé lên trên tay mình và kích thích bằng những vuốt ve trên vùng thắt lưng của bé. Đứa nhỏ sẽ quay mông về phía người thọc léc nó.

8. Sự mút: Thầy thuốc để một ngón tay vào miệng bé cho đụng vào lưỡi và vòm miệng. Đứa bé sẽ mút lấy mút để như thể nó đang mút đầu vú giả hoặc bình sữa, hay vú của mẹ nó. Như vậy có thể nhận thấy sự đồng bộ hóa thích đáng giữa sự mút và sự nuốt.

9. Sự duỗi ra chéo nhau: Khi người ta kích thích gan bàn chân trái của nó, đứa bé sẽ dùng chân phải để đẩy vật chướng ngại ấy.

10. Phản xạ của bé Moro: Với những thao tác rất chính xác, thầy thuốc đột ngột thay đổi vị trí của cái gáy của Moro. Bé liền dang rộng cánh tay, mở bàn tay ra và có vẻ muốn kêu lên. Sau đó nó khép bàn tay và cánh tay lại.

11. Uốn cánh tay: Khi người ta kích thích lòng bàn tay của bé với một ngón tay. Do phản xạ nắm, bé đã níu lấy ngón tay ấy. Nó cũng uốn cong cánh tay trước và cánh tay sau. Lúc đó, người ta có thể nâng nó lên bằng cách nắm lấy những đầu ngón tay.

Sự phát triển của trẻ từ 25 đến 30 tháng tuổi

Lứa tuổi này các em đã biết cởi quần áo, xây tháp cao. Những em phát triển nhanh còn có thể tự rửa và lau tay, biết đánh răng, gọi tên bạn bè, phân biệt màu sắc... Một số em phát triển đặc biệt có khả năng nói rõ ràng hơn trước.

Để giúp con hoàn thiện hơn các kỹ năng nghe, nói, bạn nên thường xuyên nói chuyện với bé và nhớ phát âm chậm, rõ ràng chứ đừng nói ngọng theo cháu.

Nếu cháu thích, cho nó một viên phấn để vẽ. Những đường nguệch ngoạc ấy rất có ý nghĩa cho sự phát triển của trẻ con ở tuổi này

Tuổi	Kỹ năng cơ bản (Thể hiện ở hầu hết trẻ em)	Kỹ năng nổi bật (Thể hiện ở một nửa số trẻ em)	Kỹ năng đặc biệt (Thể hiện ở một số ít trẻ em)
25, 26 tháng	Biết cởi quần áo Gọi tên một số bộ phận cơ thể Xây những hình tháp cao hơn	Tự rửa và lau tay Đánh răng (có sự giúp đỡ) - Biết tự mặc quần áo Nói rõ ràng hơn trước Ném banh cao hơn	Nói rõ ràng hơn Biết vẽ những nét thẳng đứng
27, 28 tháng	Nói rõ ràng hơn trước Biết tự mặc quần áo	Xây tháp hình khối cao hơn trước - Nói rõ ràng hơn trước	Biết vẽ những nét thẳng đứng Có thể giữ thăng bằng trên một

	Biết nhảy		chân
29, 30 tháng	Biết tự chải răng (có sự giúp đỡ) Biết rửa và lau tay	Biết vẽ nét thẳng đứng Nói rõ ràng hơn trước Có thể giữ thăng bằng trên một chân	Biết tự mặc áo chui đầu Có thể gọi tên màu sắc Có thể gọi tên bạn bè

Sự phát triển của trẻ từ 13 đến 18 tháng tuổi

Bạn khoe khắp bà con chòm xóm là cháu đã biết "bái bai". Gặp ai cũng biểu bé "chào đi con"! Và bé nhanh nhẹn chào, ạ, bái bai, làm xấu, mi gió... Ai cũng khen bé giỏi, thông minh, biết làm nhiều thứ, còn bạn thì cảm thấy hạnh phúc vô cùng.

Đôi khi bạn còn thấy bé tò mò nhìn hình nó trong gương, nói chuyện với em bé trong gương rồi toét miệng cười, rồi đưa tay xuyt xuyt như biểu phải im lặng...

Những trò chơi của bé cũng nhiều hơn. Bé vận động nhiều hơn, điều khiển tay chân hoàn hảo hơn...

Hãy tham khảo biểu đồ phát triển sau để hỗ trợ sự phát triển của con:

Tuổi	Kỹ năng cơ bản (Thể hiện ở hầu hết trẻ em)	Kỹ năng nổi bật (Thể hiện ở một nửa số trẻ em)	Kỹ năng đặc biệt (Thể hiện ở một số ít trẻ em)
13 tháng	Sử dụng một vài từ đơn giản (ví dụ: "Chào" và "bái-bai") Cúi xuống nhặt một vật nào đó - Có thể tự đứng một mình	Thích thú khi thấy mình trong gương. Có thể uống bằng ly Chơi "trốn tìm" bằng cách che mặt lại	Dùng từ ngữ và cử chỉ để biểu lộ những điều chúng muốn. Cố gắng nhấc những vật nặng so với sức mình Chơi lăn banh trên sàn
14	Mút tay	Biết đi chập chững	Sử dụng muỗng và

tháng	Đổ mọi thứ trong thùng ra •B t ch c ng i khc	Tự bày trò chơi Nhận biết những bộ phận cơ thể đơn giản	ly Lựa chọn nắp phù hợp cho đồ vật (ví dụ: ấm và xoong nồi) Vừa đi vừa kéo theo xe đồ chơi
15 tħng	Ch i banh •V n t tăng lân kho ng 5 t •Đi th t lùi	Có th v m t ng th ng •Bi t ch y •Nĩi "khĩng" b t c lơc nđo nh m t thỉi quen	Đi lân c u thang •"Giợp đ " nh ng vi c nh trong nhđ •Đ tay lân mi ng vđ su t nh ng i l n: "xì, xì..."
16 tháng	L t xem các trang sấch •T ra gi n d khi không v a ý •Thích ch i nh ng đ v t m m	Thích leo trèo •X p ch ng 3 kh i lân nhau •H c cách s d ng nh ng đ dùng thông th ng (v d : đi n tho i)	C g ng t mình c i qu n áo •Bi t đòi ăn nh ng th c ăn khác - Ng i t h n
17 tháng	Th ng dăng m t s t quen thu c •Thích gi v •Thích lái xe, c i ng a đ ch i	Bi t nghe và làm theo các l i ch d n (ví d : "ng i xu ng") •Chăm sóc bợp bâ •Nói rõ ràng h n	Nhún nh y theo nh c •Bi t phân bi t màu s c, hình d ng, kích th c c a đ ch i •Bi t đá banh
18 tháng	Tự "đọc" bìa sách Biết đạp khi được đặt trên xe ba bánh của trẻ con Biết vẽ nguệch ngoạc	Biết nói thành câu Tự chải răng (với sự giúp đỡ của người lớn) Xếp những khối lập phương thành hình tháp	Biết ném banh Tháo và ráp đồ chơi Biết gọi người lớn khi muốn đi vệ sinh

Sự phát triển của trẻ từ 31 đến 36 tháng tuổi

Bây giờ đã có người nói con bạn "phá như giặc". Những đứa hiếu động sẽ lấy banh chọi khắp nhà, nhảy cà tưng hoài không mệt. Vừa nghe nhạc quảng cáo thì đứng lên bắt chước người mẫu trong tivi. Cháu biết phân biệt các màu, biết gọi tên và chỉ đúng các bộ phận trên cơ thể. Những em phát triển nhanh có thể đã nói năng khá rõ ràng và biết thể hiện một số cảm xúc của mình.

Điều khó khăn cho cha mẹ các em ở tuổi này là làm sao dạy cho bé được các kỹ năng để tự đi vệ sinh. Hãy tham khảo Hướng dẫn trẻ tự đi vệ sinh để áp dụng cho con bạn xem sao.

Giai đoạn này nên khuyến khích con chơi xếp hình, lắp ráp, vẽ tranh, chơi nấu ăn, bán hàng... Những trò chơi đó bắt bé phải suy nghĩ, kết hợp nhiều kỹ năng với nhau

Tuổi	<H2 **Kỹ năng cơ ban** (Thể hiện ở hầu hết trẻ em)	<H1 **Kỹ năng nổi bật** (Thể hiện ở một nửa số trẻ em)	Kỹ năng đặc biệt (Thể hiện ở một số ít trẻ em)
31, 32 tháng	Xây tháp hình khối cao hơn Biết gọi tên ít nhất sáu bộ phận cơ thể Ném banh cao	Biết tự mặc áo chui đầu Biết giữ thăng bằng trên một chân trong vòng	Có thể gọi chính xác tên bạn bè Biết rửa và lau tay Có khả năng

	hơn	Biết tự chải răng một mình	nhận xét
33, 34 tháng	Biết gọi tên màu sắc Có thể nói chuyện từ hai đến ba câu Biết gọi tên ít nhất bốn bức tranh trong sách	Xây tháp hình khối cao hơn nữa Biết sử dụng những giới từ (ví dụ: ở trên, ở trong, ở đằng kia...) Nói năng một cách rõ ràng	Đã có thể tự đi vệ sinh hàng ngày Có thể ra dấu bằng tay Thể hiện hầu hết những cảm xúc
35, 36 tháng	Có thể diễn tả cách thức sử dụng kết hợp các đồ vật Có thể nói câu dài hơn (4 đến 5 từ) Có thể phân biệt hai hành động gần giống nhau (ví dụ: nhảy cà tưng - nhảy cao)	Có thể giữ thăng bằng trên mỗi chân trong vòng ba giây Có thể thực hiện kết hợp từ hai đến ba lời chỉ dẫn Dễ dàng chia sẻ với bố mẹ	Biết nhảy lò cò Biết vẽ vòng tròn Có thể tự mặc quần áo mà không cần người khác giúp đỡ

Sự phát triển của trẻ từ 19 đến 24 tháng tuổi

Các em phát triển bình thường đã sử dụng được muỗng, chén, nói những tiếng đơn giản. Nếu nghe nhạc, nhất là nhạc của các chương trình quảng cáo, bé thường nhún nhảy theo.

Thời gian này, nếu được chơi những trò bắt chước người lớn như chăm sóc búp bê, làm chú công an... thì trí tuệ của bé sẽ phát triển rất tốt. Nên khuyến khích và cùng bé chơi những trò này.

Những em phát triển nhanh rất thích đi xuống đi lên cầu thang, phải trông chừng kẻo chúng bị ngã. Và muốn cháu phát âm tốt, không bị ngọng thì từ bây giờ, bạn hãy thường xuyên nói chuyện với con dù nó chưa đáp lại được như bình thường.

Tuổi	Kỹ năng cơ bản (Thể hiện ở hầu hết trẻ em)	<H1 Kỹ năng nổi bật (Thể hiện ở một nửa số trẻ em)	Kỹ năng đặc biệt (Thể hiện ở một số ít trẻ em)
19 tháng	Biết sử dụng muỗng và chén, ly Biết chạy Biết ném banh một cách vụng về	Người lớn có thể hiểu một nửa những lời chúng nói Nhận thức được sai và đúng những điều đơn giản (ví dụ: gọi chó là mèo)	Rửa tay, lau tay, đánh răng (có sự giúp đỡ) Có thể chỉ đúng tranh minh họa đồ vật Biết gọi khi cần đi vệ sinh

20 tháng	Giả vờ chăm sóc búp bê như mẹ chúng vẫn làm với chúng Biết tự cởi quần áo (có sự giúp đỡ) Bắt chước người lớn quăng đồ đạc	Tiếp thu khoảng 10 từ một ngày hay nhiều hơn Có thể lên cầu thang (nhưng có thể không xuống được) Tìm ra những đồ vật bị dấu	Bắt đầu tò mò về bộ phận sinh dục Vẽ đường thẳng hơn Gọi tên một số bộ phận cơ thể
21 tháng	Có thể đi lên bậc thềm Thích giúp đỡ bố mẹ những việc nhỏ Hành động có mục đích đơn giản (ví dụ: quyết định đặt một món đồ chơi ở một nơi nhất định)	Có thể ném banh cao hơn Có thể đá banh Có thể xây tháp hình khối	Gọi đúng tên đồ vật trong tranh Biết nói những câu ngắn (ví dụ: “Con đi”) Có thể đi xuống cầu thang
22 tháng	Đá banh theo hướng nhất định Có thể thực hiện hai yêu cầu liên tiếp (ví dụ: lấy búp bê và mang lại đây) Bắt chước cách cư xử của người lớn	Biết làm những phép tính đơn giản Biết vẽ một đường thẳng thật sự Có thể xác định một số bộ phận cơ thể	Có thể mặc quần áo Biết đi ngủ đúng giờ Hiểu được những từ trái nghĩa (ví dụ: cao và thấp)
23 tháng	Có thể xây tháp hình khối Có thể gọi tên những hình đơn giản trong sách Có thể sử dụng 50 từ đơn	Có thể nói câu gồm hai hay ba từ Biết hát một vài câu với âm điệu đơn giản Thích chơi với các bạn cùng lứa	Có thể đi xuống cầu thang Biết nói về mình (những điều thích và không thích) Biết hỏi “tại sao?”

24 tháng	Có thể gọi tên ít nhất 6 bộ phận trên người con búp bê Bé nói ra 10 tiếng thì 5 tiếng đã có nghĩa Có thể nói những câu ngắn	Bắt đầu nói về mình Có thể sắp xếp đồ chơi theo từng loại Có thể đi xuống cầu thang	Hiểu về khái niệm cộng, trừ Bé biết mình là con trai hay con gái, có khuynh hướng thích chơi với bạn khác giới Thích nhảy theo nhạc

Giai đoạn 00 –12 tháng: giúp vận động bàn tay

Một bé trai mới sinh đưa ngón tay cái lên, cong cong ngón tay lại rồi bỏ vào miệng. Cô y tá cười, nói: “Trời ơi, khôn chưa kìa! Con người ta phải mấy tháng mới biết bú tay!”.

Vậy mà nhiều người tưởng đứa nhỏ nào sinh ra cũng biết bú tay. Các bác sĩ chuyên khoa cho biết: “Dùng tay khéo léo và thuần thục là một trong những điều quan trọng và khó khăn nhất, trẻ phải nỗ lực nhiều trong những năm đầu”.

Thực ra, thao tác của đôi tay có liên hệ trực tiếp đến sự phát triển nhận thức. Chính qua đôi tay mà trẻ thể hiện mối tương quan giữa suy nghĩ và hành động. Vì vậy, ta cần theo dõi sự phát triển bàn tay và khuyến khích trẻ luyện tập những kỹ năng vận động.

Trẻ từ 0-3 tháng tuổi:

Hầu hết sự vận động bàn tay trong ba tháng đầu là tự phát. Để ngón tay trong lòng bàn tay em bé mới sinh, bé sẽ nắm chặt tay lại. Không phải cháu bé có một sức mạnh phi thường, mà đơn giản đó chỉ là phản xạ lòng bàn tay của trẻ. Con bạn cũng nắm chặt bàn tay thành nắm đấm hay xoè ra khi nó khóc hoặc giật mình. Những tháng kế tiếp, các phản xạ này sẽ thành hành động có chủ ý.

Giúp bé vận động bàn tay: Vuốt các đốt ở mu bàn tay bé. Khi những ngón tay của bé mở ra, đặt nhẹ cái trống lắc nhỏ vào lòng bàn tay nó. Lúc đầu, bé không thể giữ lâu, nhưng kinh nghiệm nắm giữ và làm rơi cái trống sẽ làm cho trẻ tập chơi sau này.

Cho bé chơi trống lắc trên bụng. Giúp bé tăng cường sức mạnh của lưng, vai, cánh tay và các bắp thịt ở tay cũng rất quan trọng.

Treo nhiều đồ chơi đu đưa và khuyến khích bé đánh vào đó. Đây là phương pháp luyện tập rất tốt để phối hợp mắt và tay.

Trẻ từ 4-6 tháng tuổi:

Đây là giai đoạn quan trọng để phát triển những kỹ năng vận động của trẻ. Trong những tháng này, bé bắt đầu học phối hợp suy nghĩ với những vận động bàn tay. Bé thích với, chụp, cắn vào những đồ nó thích. Bé cũng bắt đầu cầm lấy tay, chân nó mà ngắm nghía. Bé thích chuyển đồ vật từ tay này sang tay kia...

Giúp bé vận động bàn tay: Chơi vỗ tay, vờn bắt với bé để giúp phát triển khả năng phối hợp. Cho bé cầm một khối nhẹ bằng hai tay để giúp bé tập giữ chắc đồ chơi. Nhờ học chơi ở tư thế mới, như nằm nghiêng, mà kỹ năng chuyển động của bé sẽ phát triển toàn diện.

Trẻ từ 7-9 tháng tuổi:

Đến độ tuổi này, con của bạn đã thành thạo kỹ năng cầm đồ chơi. Nó thường đập, lắc, làm rơi, và ném đồ chơi.

Một thử thách lớn nhất trong những tháng này là học cách tự lấy đồ ăn. Bé có thể nắm đồ đầy bàn tay nhưng có đưa được vào miệng hay không là chuyện khác. Cuối giai đoạn này, bé có thể tự cho đồ ăn vào miệng, có thể nắm chặt đồ chơi bằng ngón cái và ngón trỏ.

Giúp bé vận động bàn tay: Để bé “quậy phá lung tung” trong một góc nhỏ, trên giường... Đó là cách tốt nhất giúp bé luyện tập những ngón tay bé nhỏ. Để bé tự làm mọi thứ. Nhờ vậy nó thực tập được nhiều kỹ năng và làm tăng tính tự lập. Khi bé đang chơi, phải đảm bảo cho lưng và vai bé tựa chắc để nó không ngã và dễ tập trung vào trò chơi vận động những ngón tay.

Trẻ từ 10-12 tháng tuổi:

Trong giai đoạn này, bé sẽ thuần thục những động tác mà nó đã biết và tiếp tục khám phá những việc khó hơn, như học cách điều khiển những ngón tay độc lập với những ngón khác. Nó thích thò tay vào lỗ mũi hay lỗ tai... Cháu có khả năng chỉ vào những đồ vật nó

muốn, bắt đầu vỗ tay theo nhạc và sẵn sàng giơ tay ra để nắm lấy tay bạn.

Giúp bé vận động bàn tay: Cột những đoạn chỉ ngắn có màu khác nhau vào mỗi ngón tay của bé để nó nhìn và cảm thấy từng ngón có thể vận động một cách độc lập. Nhớ cột sợi chỉ gọn gàng mà không quá chặt.

Thọc tay vào những lỗ nhỏ là cách tốt nhất để giúp nó học cách sử dụng từng ngón tay một cách độc lập, vì thế, nên mua một ít đất sét màu để bé thọc ngón tay vào đó tùy thích.

Bé trong độ tuổi này đã hiểu được một số lời nói của người khác, vì thế bạn yêu cầu bé làm những công việc thách thức bé vận động phối hợp và hiểu được mối tương quan nhân quả, như biểu bé bóp vào đồ chơi để tạo tiếng kêu.

Làm sao để trẻ mau lớn

Để cháu bé phát triển tốt ngay từ khi mới sinh, bạn không cần phải trở thành nhà chuyên gia về sự phát triển của trẻ nhỏ. Kết quả của những cuộc nghiên cứu gần đây cho biết chúng ta không cần phải tìm kiếm đâu cho xa xôi vì tình yêu, sự quan tâm và sự chăm sóc là những gì trẻ nhỏ thật sự cần đến.

Cha mẹ hãy thể hiện tình cảm của mình

Lời khuyên này có vẻ ngớ ngẩn nhưng bạn không thể xem nhẹ: cũng như người lớn, trẻ nhỏ cần tình yêu để sống. Những cử chỉ, những vuốt ve tràn đầy tình thương yêu và sự chăm sóc của cha mẹ mang đến cho trẻ nền tảng vững chắc để trẻ tự khám phá thế giới xung quanh. Đây không phải là lời khuyên suông vì đã có những bằng chứng khoa học xác thực chứng minh rằng tình yêu, sự quan tâm chăm sóc và sự âu yếm cha mẹ dành cho con trong năm đầu tiên tác động trực tiếp đến sự phát triển về sinh lý, tâm lý và tình cảm của trẻ. Theo giáo sư tiến sĩ Marian Diamond, nhà khoa học về khoa thần kinh học trường Đại học California, Beckeley-tình yêu và sự âu yếm giúp cho bộ não của trẻ nhỏ phát triển.

Làm cách nào để thể hiện tình cảm của mình dành cho con cái? Hãy ôm con, âu yếm, vuốt ve, mỉm cười với chúng, động viên, lắng nghe và chơi đùa với chúng bất cứ lúc nào bạn rảnh rỗi. Ngoài ra, bạn cũng phải biết cách đáp lại nhu cầu cần được an ủi, động viên và muốn được người khác quan tâm đến. Đừng e ngại là những điều này sẽ làm chúng hư. Theo các chuyên gia nghiên cứu cuộc sống của những đứa bé còn ở tuổi được ẵm bồng, trẻ ở tuổi chập chững biết đi, cha mẹ nên ở bên con khi chúng bối rối hoặc giận dữ sẽ hình thành

sự tin tưởng và thắt chặt mối quan hệ tình cảm cha mẹ và con. Cùng chia sẻ những giây phút vui vẻ của con cũng là điều nên làm.

Quan tâm đến những nhu cầu căn bản của trẻ

Để trẻ có đủ năng lượng cho việc tăng trưởng về cả tâm sinh lý, chúng cần phải được nuôi dưỡng tốt (cung cấp thiếu hoặc thừa protein, vitamin hay khoáng chất đều không tốt, vì như vậy sẽ làm giảm độ phát triển cũng như trí tuệ của chúng). Ngoài ra, sức khoẻ của bé cần được bảo đảm, cho học vừa phải, nghỉ ngơi và vui chơi đúng mức (tả bị ẩm ướt hay bị viêm tai làm tiêu hao nhiều năng lượng của trẻ).

Để đảm bảo trẻ luôn khỏe mạnh, hãy đưa trẻ đến bác sĩ kiểm tra định kỳ, chủng ngừa đầy đủ và đúng thời hạn và cho bé ngủ thật đẫy giấc. Trong khi trẻ ngủ, tế bào thần kinh liên kết tạo thành những kết nối quan trọng. Những khớp thần kinh này là đường dẫn đến khả năng học tập, chuyển động và tư duy. Chúng là chìa khoá mở cánh cửa cho trẻ hiểu được những gì chúng thấy, nghe, nếm, sờ và ngửi được khi chúng mò mẫm khám phá thế giới xung quanh. Nếu con bạn có vấn đề về việc ăn hoặc ngủ, hãy đến gặp bác sĩ.

Nói chuyện với con

Các nghiên cứu cho thấy những đứa trẻ hay được bố mẹ hỏi han, nói chuyện sẽ có chỉ số thông minh cao hơn một cách đáng kể và vốn từ vựng cũng nhiều hơn những đứa bé không có nhiều dịp nói chuyện với người lớn.

Nếu bạn không biết trò chuyện những gì với trẻ hoặc trẻ còn quá nhỏ để thực hiện cuộc nói chuyện thì hãy miêu tả những gì bạn đang làm để trẻ tiếp thu: “Mẹ đang pha nước ấm để tắm cho con”. Cách tốt nhất để trẻ phát triển khả năng ngôn ngữ là bạn hãy trực tiếp nói chuyện với bé, nói chậm rãi và dùng từ chính xác.

Đọc sách cho trẻ nghe

Đọc rõ to, chậm rãi cũng giúp tiếp thu nhiều từ ngữ mới, khơi dậy trí tưởng tượng của trẻ và phát huy năng khiếu về ngôn ngữ. Cùng đọc sách với con là cơ hội để gần gũi và hoà nhập với xã hội. Vậy nên đọc cho trẻ nghe cái gì? Không phải cứ luôn đọc sách dành

riêng cho trẻ nhỏ, nếu bạn đang đọc báo hoặc đọc truyện, đừng chần chừ, cứ đọc to lên cho bé cùng nghe.

Kích thích các giác quan của trẻ

Muốn trẻ tìm hiểu về con người, nơi chốn và đồ vật thì bạn cần phải tạo cơ hội cho trẻ tiếp xúc với con người, nơi chốn và đồ vật khác nhau. Cứ mỗi lần tiếp xúc với một cái mới, trẻ lại tự khám phá ra những thông tin từ thế giới rộng lớn và vị trí trẻ trong thế giới này. Kết quả nghiên cứu cho thấy rằng những đứa trẻ lớn lên trong môi trường giáo dục tốt – môi trường trong đó trẻ được tạo cơ hội tiếp thu kinh nghiệm – phát triển trí não tốt hơn là những đứa bé không được kích thích phát triển về giác quan để cảm nhận những vật xung quanh.

Bạn cũng chẳng cần phải cứ phải ngồi tiếp chuyện với bé 24 trên 24 giờ mỗi ngày hay cố gắng không bỏ qua một cơ hội nào để kích thích trẻ cảm nhận bằng cách kết hợp các giác quan, trẻ có thể sẽ bị dẫn đến tình trạng quá kích động. Để cho trẻ thoải mái ngồi chơi với đống đồ chơi của nó. Khi đi mua đồ chơi cho chúng, bạn nên chọn những loại có hình dạng, kiểu dáng khác nhau, kết cấu, màu sắc, âm thanh và trọng lượng khác nhau. Cùng trẻ nghe nhạc, tập hát, chơi trò cút hà và chơi đồ hàng, dẫn chúng đi mua sắm, đi dạo để gặp nhiều nguời khác. Bạn thấy đấy, những hoạt động đơn giản hàng ngày cũng kích thích não của trẻ phát triển.

Cần phải tạo khoảng không cho trẻ chơi đùa, bò loanh quanh. Những đứa trẻ ở độ tuổi chập chững cần không gian để bò, tập đi và chạy nhảy để phát triển bắp thịt, giữ thăng bằng tốt và biết kết hợp các bộ phận của cơ thể. Nhớ là căn phòng của trẻ phải an toàn, đừng đặt những đồ vật nguy hiểm cho trẻ hoặc những đồ vật mà bạn phải thét lên "Không được đụng vào!" mỗi khi chúng tiến đến gần. Giữ các vật này ngoài tầm với của trẻ nhỏ. Ví dụ như trong nhà bếp thì nên khoá hết các tủ lại chỉ chừa một ngăn tủ chứa chén nhựa, muỗng gỗ, bình nước...

Tạo tình huống thử thách

Đừng mua cho trẻ những món đồ chơi dành cho những trẻ lớn tuổi hơn, và vượt quá khả năng của chúng. Con bạn sẽ cáu gắt vì mãi

mà không tìm ra cách chơi. Tuy nhiên, những trò chơi hơi khó đối với chúng cũng tốt vì chúng phải mày mò để tự khám phá, nếu cách này không áp dụng được thì chúng sẽ nghĩ ra cách khác để vận hành món đồ chơi đó. Cách giải quyết vấn đề như thế giúp trẻ phát triển trí tuệ. Ví dụ như nếu trẻ đang tìm cách mở một cái hộp, bạn đừng vội giúp nó. Cứ để trẻ tự mở. Nếu mãi mà nó vẫn không mở được, chỉ cho nó cách mở và sau đó đưa một cái hộp chưa được mở để xem bé đã biết cách mở hay chưa.

Chăm sóc cho chính bản thân mình

Các bậc phụ huynh thường chán nản hoặc giận dữ và những lúc đó họ không còn tâm trí để đáp ứng những yêu cầu của trẻ. Những đứa bé có mẹ bị suy nhược kinh niên thường có nguy cơ bị trầm uất cao.

Nếu bạn cảm thấy buồn và mệt mỏi hãy chia sẻ việc nhà và việc chăm sóc con với người chồng hoặc người vợ. Còn nếu gia đình chỉ có bố hoặc mẹ, hãy đến sống ở nơi gần với gia đình của bạn, bạn sẽ nhận được sự giúp đỡ khi cần thiết. Đôi khi bạn cũng cần một khoảng thời gian yên tĩnh cho riêng mình. Vừa làm cha làm mẹ vừa tất bật với công việc hàng ngày, bạn cần phải có thời gian để phục hồi năng lượng.

Tìm hiểu các phương pháp chăm sóc trẻ

Nếu bạn phải đi làm cả ngày và không có thời gian chăm sóc bé, bạn cần phải tìm một người nắm vững mọi thông tin chúng tôi đã cung cấp ở trên. Dù người đó là một cô nuôi dạy trẻ, người thân thì điều quan trọng là họ phải có kinh nghiệm, biết cách chăm sóc và đáng tin cậy.

Sự phát triển của trẻ tập đi (Trẻ 13 tháng tuổi)

Khi được 13 tháng tuổi, một số trẻ em đã bắt đầu tự đi một mình – mặc dù những bước đi của bé vẫn chưa vững. Nếu con bạn vẫn chưa chịu đi - hãy dùng dụng cụ hay các vật dụng khác để tác động đến bé - điều đó nghĩa là việc bé tự đi một mình sẽ còn diễn ra lâu hơn nữa. Một số trẻ không đi được đến khi bé được 17 - 18 tháng tuổi. Nhưng cho dù trẻ đi bằng cách bám theo vật dụng trong nhà hay tự mình chập chững từng bước, điều quan trọng là bé đang tự làm một mình, không còn phải đợi được ẵm lên và mang đi hay đẩy đi, cả thế giới đang mở ra trước mắt bé.

Thăm dò và khám phá

Dù đã chập chững đi hoặc vẫn còn bò, bé thường tiến tới những nơi thu hút sự tò mò của chúng – ví dụ như bé lại gần để quan sát con mèo, sau đó đột nhiên quay trở lại nếu con mèo kêu to hoặc bước đến gần làm cho bé sợ hãi. Đây là một bước tiến khá quan trọng trong tiến trình phát triển của trẻ nhỏ.

Cầm và xem xét các đồ vật

Khi bé bắt đầu biết sử dụng đôi chân của mình, bé cũng sẽ khéo léo hơn khi sử dụng tay. Hầu hết trẻ 13 tháng tuổi có thể cầm một vật và thả nó vào một vật chứa lớn hơn. Một số trẻ đã có thể viết nguệch ngoạc những đường nét vô nghĩa, một số khác cũng có thể cầm muỗng nhưng đừng mong bé dùng nó một cách thuần thục.

Phát triển chậm lại và ăn ít hơn

Đừng ngạc nhiên khi đứa con rất háu ăn trước đây lại ăn ít đi. Trong thời gian lúc mới sinh cho đến khi được 1 tuổi, các em bé thường tăng trọng lượng lên 3 lần và cao thêm 25,4 cm. Nhưng từ 1

đến 2 tuổi, tỉ lệ phát triển chậm lại đáng kể và cháu bắt đầu ốm đi. Do đó cần phải tăng lượng thức ăn mỗi ngày, đặc biệt là những món cháu thích.

Khả năng giao tiếp và khả năng hiểu

Những đứa trẻ tập đi bắt đầu nói một số từ rất dễ phát âm trong đó "Baba" và "Mama" là một vài trong số những từ thông thường nhất. Tuy vốn từ rất ít nhưng chúng vẫn biết cách làm cho người khác hiểu ý muốn của chúng như khi cháu muốn xuống, cháu hướng mắt và chỉ xuống đất; khi cháu muốn bạn chú ý, cháu nắm áo bạn giật mạnh. Và mặc dù cháu không nói được nhiều, cháu vẫn hiểu được khá nhiều những từ ngữ đơn giản mà bạn dùng hàng ngày.

Cuộc sống chủ yếu ở tương lai và hiện tại

Trò chơi ưa thích của chúng ở độ tuổi này là khám phá thế giới xung quanh. Cháu hiếu kỳ muốn biết điều gì sẽ xảy ra sau khi cháu làm một điều gì đó, chẳng hạn như "điều gì sẽ xảy ra nếu mình thả cái này (một cái tách bằng nhựa) xuống đất" hoặc "điều gì xảy ra nếu mình nhúng tay vào chén nước màu đỏ (nước sốt cà chua) này?". Và bởi vì trí nhớ của trẻ chưa phát triển tốt, cháu sẽ lặp đi lặp lại hành động đó mà không biết chán.

Tiêm chủng

Hãy đưa trẻ đến phòng y tế hoặc bệnh viện gần nhất để tiêm phòng bệnh viêm gan, tiêm phòng DPT (bệnh quai bị, bệnh uốn ván, và bệnh ho gà), và cả thuốc chủng HIB. Cũng cần tiêm chủng phòng các bệânh sởi, quai bị, bệnh thuỷ đậu và một bệnh lây có kèm theo cảm cúm, đau họng và phát ban đỏ. Các cháu từ 12 đến 18 tháng cần được chăm sóc đặc biệt phòng ngừa các bệnh này.

Sự phát triển của trẻ 14 tháng tuổi

Các sự kiện quan trọng

Giờ đây con bạn đã biết vẫy tay "chào tạm biệt" và chơi lăn banh tới lui với người lớn. Khoảng một nửa số trẻ em ở tuổi này biết uống bằng ly và một số còn có thể bắt đầu hăng hái giúp việc vặt quanh nhà. Con bạn có thể đứng một mình, cúi xuống và sau đó lại đứng bật dậy, và nếu cháu biết đi sớm cháu đã có thể biết đi thụt lùi. Cháu đã thông thạo một số từ và mỗi ngày lại tiếp thu được nhiều hơn. Cháu cũng bắt đầu suy nghĩ sáng suốt hơn và kiên trì đạt được những gì cháu muốn.

Những ý muốn và mong ước rõ ràng

Nếu bạn cấm không cho cháu đụng vào vật gì trong nhà thì cháu lại càng tò mò, càng muốn tìm hiểu. Vì thế để giữ cháu luôn được an toàn, nhà cửa gọn gàng, bạn hãy chắn hết lối ra ngoài, khóa chặt những tủ đựng đồ quý đặt ở dưới thấp, giữ đồ dùng dễ vỡ khỏi tầm tay với của trẻ. Bạn cũng có thể tạo một cái tủ thấp đặt trên sàn để cho con bạn chơi. Cất vào đó những đồ chơi hay vật dụng mà cháu hay chơi như đồ chơi hay những chiếc hộp không. Thỉnh thoảng bạn nên thay đổi những đồ vật để trong tủ. Chơi là một cách để trẻ tìm hiểu thế giới xung quanh.

Thưởng thức các món ăn

Đừng mong con bạn sẽ thể hiện phong cách người lớn. Ăn cũng như mọi điều khác mà con bạn đang làm là điều cháu đang cố học hỏi. Con bạn đang cố gắng tiến bộ trong kỹ năng cầm muỗng, thế nhưng mục đích chính của cháu cũng chỉ muốn xem thức ăn thế nào, thích nghe tiếng đánh trứng và muốn biết điều gì sẽ xảy ra khi cháu ném thức ăn xuống sàn hay làm đổ thức ăn đầy bàn.

Bạn đừng làm cho tình hình xấu thêm – hãy dọn sạch sẽ, trải một tấm chiếu dưới ghế ngồi của cháu, cho cháu ăn một số thức ăn có lợi cho sức khỏe và phù hợp với cháu độ tuổi, và để cháu chọn thức ăn mà cháu thích nhưng có sự giúp đỡ và chỉ dẫn của bạn.

Sự yêu thích các đồ vật giúp cho bé thoải mái

Con bạn có cảm giác an toàn khi chơi đồ chơi mà cháu ưa thích và quen thuộc, đặc biệt là khi bạn không ở cạnh cháu, các bác sĩ nhi khoa thường khuyên các bậc cha mẹ khuyến khích những tình cảm này. Những đồ vật này gọi là “đồ vật chuyển tiếp” hay là “bé cưng”, một cái chăn hay một con thú nhồi bông là những thứ luôn làm cho cháu cảm thấy thoải mái.

Sự phát triển của trẻ 15 tháng tuổi

Sự sốt sắng kì lạ khi chơi trò chơi

Trẻ chập chững đi và giữ thăng bằng khá tốt, nói được nhiều từ hơn, và thích đẩy hay kéo đồ chơi theo trong khi đi dạo. Cháu đã biết dùng muỗng hay nĩa và còn có thể đi thụt lùi. Cháu thích chơi trò chơi cùng với các bạn, thích gọi tên các bộ phận của cơ thể, thích đổ đồ vật ra khỏi các thùng chứa. Cháu cũng bắt đầu biết làm sao để các thứ ăn khớp nhau. Cháu cố gắng đậy đúng nắp vào các nồi và xếp các khối hộp chồng lên nhau.

Tính tình: có một phong cách riêng

Mọi đứa trẻ đều được sinh ra trong sự ảnh hưởng của thế giới xung quanh đối với mỗi cháu. Đó là tính tình của cháu. Khi trẻ lớn, những khuynh hướng bẩm sinh sẽ có cơ hội bộc lộ đặc điểm của nó. Trong khi một đứa trẻ có khuynh hướng thay đổi dễ dàng sao cho thích ứng, một đứa trẻ khác lại thích một kế hoạch có thể dự đoán được hơn. Hãy xem cách mà con bạn trả lời, và làm thế nào để bạn thay đổi môi trường để giúp trẻ thành công. Người lớn có thể tìm ra những cách làm họ thật sự thoải mái, nhưng con bạn tùy thuộc hoàn toàn vào bạn. Sự trân trọng những tính cách bẩm sinh của bé sẽ giúp bé phát triển hết những tiềm năng vốn có của mình.

Tự nhận thức:

Khi được 15 tháng, con bạn đã nhận ra mình ở trong gương – cháu sẽ không còn cố với tới để chạm vào một đứa bé khác ở trong gương. Cháu bắt đầu tự nhận thức mình như một thực thể độc lập.

Sự phủ nhận của trẻ: chỉ nói “Không!”:

Bắt đầu chỉ vài tháng sau khi ra đời, hầu hết trẻ em đều trải qua thời gian nói không một cách cứng rắn. Đó là một cách khẳng định khả năng tự nhận thức chính mình của trẻ. Bạn có thể hạn chế số lần dùng từ "không" bằng cách giảm tối đa số lần bạn nói "không". Thay vì nói "Không được đụng vào nó" bạn hãy thử nói "Con hạy ra kia chơi đi".

Sự phát triển của trẻ 16 tháng tuổi

Những trò chơi mà trẻ tập đi chơi:

16 tháng tuổi, con bạn đã nắm vững kỹ năng cần nắm, thích giúp bạn những việc vặt trong nhà, và có thể đặt tay lên môi và nói "suyt". Cháu thích chơi trốn tìm, chất đống các khối hộp, và chơi trò chơi về đố chỉ ra các bộ phận cơ thể như "Mũi con đâu?", "Mắt chỗ nào?", "Miệng nằm đâu?". Cháu chắc sẽ sẵn sàng giơ tay giơ chân khi bạn mặc quần áo cho cháu, và thời gian này, cháu bắt đầu quan tâm đến việc đi lên và đi xuống cầu thang, mặc dù cháu có lẽ không tự điều khiển hành động một mình trong vài tháng nữa.

Thử thách sự hiểu biết: cảm giác bất lực

Đứa con 16 tháng tuổi của bạn vẫn không thể hoàn thành tốt nhiệm vụ cháu đảm nhiệm. Cháu nghĩ không đúng về chiều cao của một bậc cầu thang hay quấn chân vào nhau khi cố trèo lên đùi bạn. Xây dựng kỹ năng cơ bản của một con người là công việc phức tạp, và con bạn đang cố gắng tự điều khiển.

Cơn thịnh nộ của trẻ con: hãy làm cháu dịu bớt

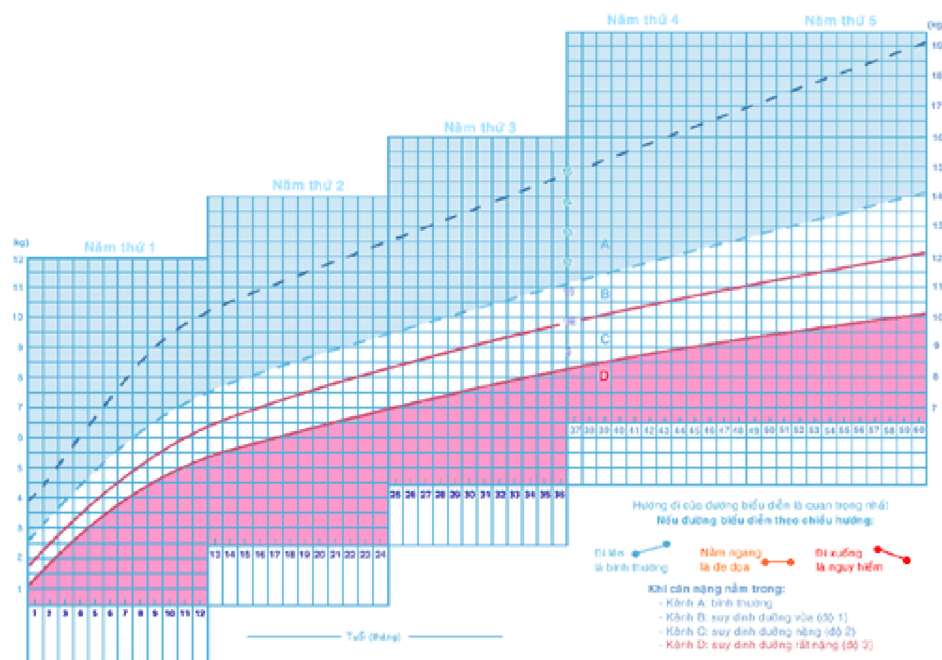
Đôi khi cảm giác của con bạn sẽ lấn át chính cháu, và cháu sẽ nổi giận. Dù bạn có nạt nộ đến mấy cháu không thể ngưng khóc. Hãy nhớ, cháu chỉ có một cách dịu bớt cơn giận. Không giống như bạn, cháu không thể hướng cơn giận vào việc luyện tập thân thể bằng một môn thể dục nào đó. Vì thế, suốt cơn giận, hãy kiên nhẫn, luôn ở bên cháu, sẵn sàng làm cho cháu thoải mái hay để cháu một mình chơi đồ chơi hay làm điều gì cháu thích.

Hãy đọc cùng với trẻ

Nếu bạn đã đọc cho con nghe ngay từ lúc cháu còn rất nhỏ, việc chia sẻ những câu chuyện cùng với nhau là một cách tạo sự gắn bó giữa mẹ con, giúp cháu học thêm được nhiều từ. Hãy để con bạn chọn sách – ngay cả cuốn mà bạn đã đọc hàng triệu lần. Cùng với nhau bạn sẽ chỉ cho cháu tên thú vật, đồ vật và màu sắc.

BIỂU ĐỒ TĂNG TRƯỞNG

Con bạn sẽ lớn lên và tăng cân theo nhịp riêng của mình, vì vậy việc chấm biểu đồ theo dõi phát triển có bổ ích. Bạn hãy quan sát biểu đồ tăng trưởng dưới đây để có thể theo dõi sát sự phát triển của bé và giúp bé lớn khỏe.



CÁC GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN NĂNG KHIẾU CỦA TRẺ

Giúp trẻ có khiếu giảm căng thẳng

Trẻ có khiếu thường cảm thấy căng thẳng trong suốt năm học. Nhiều em không hài lòng với những gì mình đã làm và đòi hỏi nhiều thời gian hoàn thành công việc của mình hơn những em khác. Một số trẻ có khiếu khác lại thường đề ra những mục tiêu phi thực tế vì có lẽ các em đánh giá quá cao những thành tựu các em đạt được vào thời điểm nào đó. Điều này làm cho chúng cảm thấy căng thẳng.

Để khỏi bị căng thẳng ngay từ đầu, việc quản lý thời gian là rất quan trọng. Hãy bắt đầu mỗi năm học với một kế hoạch hoàn hảo. Hãy cùng tính với con mình xem nó có bao nhiêu thời gian học ở trường, có bao nhiêu hoạt động ngoại khóa phải tham gia, và bao nhiêu giờ đi chơi với bạn bè, làm bài tập ở nhà và nghỉ ngơi. Hãy phác họa một quỹ thời gian thực tế cho mỗi ngày trong tuần. Không nên bỏ qua chuyện mua sắm. Nên soạn thảo kế hoạch hàng tháng, và đề ra mục tiêu mỗi ngày.

- Nếu con bạn có dấu hiệu bị căng thẳng (hay đau bụng, nhức đầu hoặc kêu ca là không muốn đi học), hãy nói chuyện để nắm rõ tình hình và xoa dịu sự căng thẳng đó. Thường thì trẻ có khiếu quan tâm nhiều đến tình bạn và đời sống xã hội.

- Trẻ em cũng có dấu hiệu căng thẳng nếu ở trường chúng thấy buồn chán và đây không phải là sự buồn chán bình thường. Trẻ em có khiếu rất ham học nhưng một khi sự khao khát cao độ bị chặn đứng thì chúng cảm thấy thất vọng và những triệu chứng như trên sẽ xuất hiện. Nếu nhà trường không thể đáp ứng đủ nhu cầu học hành của con bạn, hãy tạo điều kiện cho bé học tập tại nhà. Đăng ký cho cháu học những lớp học đặc biệt, tìm hiểu những chương trình hè dành cho trẻ em có khiếu ở Nhà thiếu nhi huyện, quận, thành phố... và cho nó hòa đồng với những trẻ có khiếu khác. Tất cả những biện

pháp này sẽ giúp làm giảm căng thẳng cũng như nâng cao đời sống xã hội của cháu.

Con tôi bị chế nhạo vì quá thông minh

Những đứa trẻ có năng khiếu đặc biệt thường bị bạn bè trêu ghẹo. Chúng không chỉ tỏ ra khác biệt với các bạn đồng trang lứa mà còn cảm thấy sự khác lạ ở chính mình, điều đó xảy ra khi chúng còn rất bé.

Những đứa trẻ này thường quan tâm đến các hoạt động khác nhiều hơn. Chúng hay suy nghĩ lâu, kỹ hơn về cách tiếp cận các vấn đề và tình huống khác nhau. Trong cùng một tình huống, những đứa có năng khiếu thường rất nhạy cảm. Thật vậy, sự nhạy cảm đó là một trong những đặc điểm nổi bật của chúng. Con bạn dường như lớn hơn, có vẻ "trưởng thành" hơn so với các bạn đồng lứa, nhưng lại không có đủ khả năng để vượt qua những khó khăn mà chúng gặp phải trong cuộc sống. Đó là một nguy hiểm cho trẻ có năng khiếu. Khi đứa con nhỏ của bạn thấy buồn bực khi bị bạn bè trêu ghẹo, thái độ bạn nên có là:

- Tỏ ra thông cảm với con. Hãy yêu thương, động viên và âu yếm ôm cháu vào lòng. Và hãy nói rằng bạn rất buồn khi cháu bị tổn thương tinh thần.

- Tìm hiểu thông tin. Hãy cố gắng tìm hiểu xem ai, đứa bạn nào đã nói gì với cháu, ở đâu và khi nào

- Giải thích. Con bạn có thể sẽ không nhận ra rằng các bạn khác chọc ghẹo nó vì những lý do khác nhau. Nói với con bạn rằng không phải bạn bè không thích nó. Hãy giải thích cho cháu bé hiểu rằng những lời chọc ghẹo là vô hại. Đôi khi sự trêu chọc còn là một cách biểu hiện lòng yêu mến của bạn bè đối với nhau.

Tuy nhiên, nếu con bạn tiếp tục bị trêu ghẹo, châm chọc kéo dài, cần tìm hiểu và nói chuyện thẳng thắn với cô giáo, bố mẹ các bạn

hay chọc ghẹo cháu, giải thích cho họ hiểu về tình trạng của cháu và yêu cầu họ can thiệp, giúp đỡ bạn.

Hình như con bạn có năng khiếu?

"Trời! Nghe nó nói kìa, thông minh quá! Mới 3 tuổi mà hát karaokê như người lớn rồi!"...

Nhiều bậc cha mẹ thấy năng khiếu của con mình qua mỗi từ ngữ, cử chỉ hay hình vẽ nguệch ngoạc của chúng.

Người ta biết và công nhận năng khiếu của trẻ em khi chúng đi học, nhưng một số em vẫn thường có những biểu hiện năng khiếu khi còn rất nhỏ.

Báo chí đã đăng tin đây đó có những em mới hai, ba tuổi đã đọc được tờ báo, có khả năng nhớ thuộc lòng bảng cửu chương... Nước ta chưa có những trung tâm chăm sóc, nuôi dưỡng đặc biệt cho trẻ có năng khiếu, nhưng nếu bạn biết rõ về con mình thì vẫn tốt hơn và để ý chăm sóc con thích hợp hơn.

NHỮNG DẤU HIỆU VỀ NĂNG KHIẾU CỦA TRẺ

Đứa con chưa đến 5 tuổi của bạn có thể có năng khiếu nếu cháu:

- Có một tài năng đặc biệt về nghệ thuật hay làm các phép tính một cách nhanh nhạy. Ví dụ, những đứa trẻ đặc biệt này có thể vẽ những bức tranh hoàn chỉnh hay có thể vận dụng các con số bằng đầu óc của mình.

- Luôn đứng đầu trong lớp so với các bạn cùng trang lứa.

- Phát triển nhanh về ngôn ngữ: vốn từ mở rộng hơn, khả năng nói chuyện thành câu dễ dàng hơn các trẻ khác cùng tuổi.

- Lúc nào cũng tò mò và luôn luôn đặt câu hỏi.

- Đôi khi rất năng động nhưng không quá mức. Những trẻ em quá năng động thường không chú ý điều gì lâu, còn những đứa trẻ có năng khiếu có thể tập trung vào một việc gì đó rất lâu và tỏ ra rất say mê.

- Có óc tưởng tượng phong phú và linh hoạt. Trẻ có năng khiếu thường có một thế giới riêng tư với những người bạn tưởng tượng mà chúng cảm thấy rất thân thiết

- Có thể nhớ những chi tiết đơn giản một cách dễ dàng và nhắc lại các thông tin mà chúng vừa xem hoặc vừa nghe thấy trên tivi, trong phim ảnh hay qua sách vở.

Những dấu hiệu khác bộc lộ năng khiếu thường khó nhận thấy hơn. Ví dụ như khi được 3 đến 4 tuổi, một số trẻ em có năng khiếu bắt đầu nhận thấy chúng "khang khác" so với bạn bè cùng tuổi. Vì thế chúng bị cô lập và không hòa đồng với bạn bè. Điều này cũng khiến chúng trở thành mục tiêu để các bạn châm chọc.

Những em này đôi khi trở nên buồn bã... Chúng có thể suy nghĩ nhanh hơn là diễn đạt lại suy nghĩ ấy bằng lời nói hay cử chỉ. Nếu con bạn hay hờn giận hay "nổi trận lôi đình" một cách bất thường, bạn nên tham khảo ý kiến các chuyên gia về sức khỏe và tinh thần.

KIỂM TRA NĂNG KHIẾU CỦA TRẺ:

- Có thể bạn rất muốn biết liệu con bạn có năng khiếu thật sự hay không. Thế nhưng hầu hết trẻ em không cần kiểm tra năng khiếu trước khi bước vào bậc tiểu học. Tuy nhiên, nếu con bạn có những biểu hiện chán đi học hay có những vấn đề trong đời sống tình cảm và xã hội thì nên hỏi ý kiến một chuyên gia sức khỏe và tinh thần

- Nếu con bạn đến tuổi đi học, hãy nói chuyện với giáo viên chủ nhiệm, nhờ chú ý đến em kỹ hơn.

- Nếu con bạn không được vào học ở trường hay trường học không như ý muốn của bạn, hãy hỏi các nhà tư vấn để được giới thiệu một nhà tâm lý học trẻ em, người có thể đưa ra những bài trắc nghiệm sự thông minh của trẻ. Việc trắc nghiệm cá nhân thường rất đắt (làm kiểm tra và việc thảo luận kết quả điều tra ở Mỹ có thể mất

đến 1000 đô la). Ở TP. HCM, bạn có thể làm trắc nghiệm cho con mình tại Trung tâm tư vấn 43 Nguyễn Thông, quận 3, điện thoại (08) 932 5111. Giá mỗi lần trắc nghiệm là 75.000 đồng, phải đăng ký với Trung tâm trước ít nhất là 2 ngày.

Trẻ em khoảng 3 tuổi có thể được kiểm tra về khả năng và chỉ số thông minh, nhưng các chuyên gia tin rằng kết quả các đợt kiểm tra chỉ số thông minh thu được trước 5 tuổi thường không ổn định. Điều đó nghĩa là, nếu một đứa trẻ trước 5 tuổi được kiểm tra chỉ số thông minh lại thường xuyên, điểm của chúng có thể dao động, không ổn định. Nhiều năm trước, trẻ em có chỉ số thông minh trên 130 được xem như có tài (mức độ thông minh trung bình là 85 đến 115). Hiện nay, chỉ số thông minh là một trong nhiều yếu tố để đánh giá trước khi một đứa bé được công nhận là có năng khiếu. Các bậc phụ huynh và giáo viên thường được yêu cầu nói lên ấn tượng của họ về đứa trẻ, và những ý kiến chủ quan này cũng được xem là quan trọng trong việc kiểm tra năng khiếu cho trẻ.

KHI NĂNG KHIẾU KHÓ NHẬN THẤY:

Bạn có thể ngạc nhiên khi biết rằng một đứa trẻ có thể vừa có năng khiếu lại vừa rất chậm chạp. Nhiều thiên tài khi còn nhỏ còn bị coi là "hơi khù khờ".

Trên thế giới, ở một số dân tộc ít người còn duy trì những sinh hoạt văn hóa truyền thống và ở một số nước sử dụng tiếng Anh như một ngôn ngữ phụ, năng khiếu của trẻ em thường bị lãng quên. Nước ta cũng mới chỉ đi những bước đầu trên lĩnh vực này. Cho nên, nếu có phát hiện năng khiếu lạ nơi con bạn, tốt hơn hết là tìm một giáo viên gần gũi với em để quan sát và tìm ra những năng khiếu đặc biệt của trẻ mà qua những bài kiểm tra thông thường chúng không thể bộc lộ được. Nếu có điều kiện cũng nên tìm một nhà tâm lý học nhạy cảm với các vấn đề này. Nhưng trên hết là bạn luôn cho con mình thấy nó được yêu thương.

5 –8 tuổi bị chọc ghẹo vì thông minh quá

Trẻ em có khiếu hay bị chọc ghẹo. Chúng khác với những em cùng trang lứa, cách nhìn nhận vấn đề cũng khác. Chúng không chỉ quan tâm đến những hoạt động khác biệt hơn các bạn cùng tuổi mà còn có khả năng chú ý lâu hơn, khá nhạy bén khi tiếp cận vấn đề. Trẻ em có khiếu cũng rất nhạy cảm. Thật ra, đó là do chúng trưởng thành hơn các bạn cùng tuổi nhưng lại không có khả năng đối phó để tránh né những thách thức trong cuộc sống.

Nếu con bạn ở độ tuổi từ 5 đến 8 hay bị chọc ghẹo, bạn hãy cố gắng:

- Hiểu "tấm lòng đang buồn bực" của nó: Nói với con: "Thôi, đừng để ý tới chuyện đó". Con bạn sẽ cảm thấy được thông cảm và yên tâm vì có cha mẹ bên cạnh.

- Tìm cách giải quyết vấn đề: Hãy hỏi con xem chuyện gì đã xảy ra. Khi biết chi tiết tại sao nó bị bạn bè chọc ghẹo, bạn có thể giúp con mình tìm ra giải pháp.

- Tạo tình huống để nói chuyện: Trẻ có khiếu hay động não. Bạn đừng đùng đùng chạy sang chửi mắng bạn bè con hay bố mẹ mấy đứa bạn. Hãy bình tĩnh kéo con vào nhà, hỏi nó xem nếu bạn bè lại chọc nó nữa thì phải làm sao. Biểu nó đưa ra những cách nó sẽ phản ứng trong tương lai, bắt đầu từ những điều ngớ ngẩn nhất đến những điều hợp lý. Bằng cách tự lựa chọn như thế, con bạn sẽ thấy an tâm vì không còn thụ động để bạn bè chọc ghẹo. Từ nay nó có thể tự đề phòng.

Nếu những cách trên không hiệu quả và con bạn càng bị chọc ghẹo thường xuyên, cứ bình tĩnh hỏi con xem nó có muốn bạn can

thiệp, đi nói chuyện với những đứa chọc ghẹo đó hay với bố mẹ chúng, thầy cô giáo... khi nó bị chọc ghẹo không.

Giúp trẻ có khiếu học tốt ở trường

Mặc dù các lớp học đặc biệt dành riêng cho trẻ có năng khiếu được mở ra để đạt hiệu quả cao hơn, nhưng không phải lúc nào cũng cần thiết và có đủ kinh phí. Những trẻ có khiếu có thể phát triển hơn nữa nếu được các giáo viên cũng như nhà trường giúp đỡ thêm.

Sau đây là một ví dụ rất thú vị: Ở New York, Mỹ, có một ngôi trường dành cho con nhà khá giả và thông minh, nhưng lại không có chương trình đặc biệt dành cho trẻ có năng khiếu. Để bù vào khiếm khuyết này, giáo viên lớp một của trò Ben đã tạo điều kiện cho em tham gia vào một số công việc mang tính độc lập. Cô dành cho Ben một cái bàn riêng để nghiên cứu về các loại đá và các chòm sao, và cho phép em giúp một giáo sinh thực tập làm tổ ấp trứng. Những năm học sau, cô hiệu trưởng cho em vào học những lớp có các giáo viên tận tình, tạo cho em có những điều kiện học tập tốt hơn...

Trong điều kiện của mình, để giúp trẻ có năng khiếu hứng thú hơn khi học ở những lớp học bình thường, bạn có thể đề nghị giáo viên áp dụng một số biện pháp sau:

- Lập nhóm: Cho trẻ tham gia vào các nhóm trẻ thông minh vào các giờ học toán và tập đọc.

- Đa dạng hóa các hoạt động: cho trẻ làm toán khó hơn sau khi đã làm xong các bài tập qui định.

- Đọc thêm các bài đọc ở mức độ cao dần: Cho trẻ đọc những quyển sách khó hơn sách thường dùng trong nhà trường.

- Nhảy lớp: Cho trẻ nhảy hai lớp thay vì lên từng lớp một. Trước khi chọn giải pháp này bạn nên tham vấn các nhà chuyên môn, hỏi thầy cô chủ nhiệm, hiệu trưởng... xem trẻ có thể theo học

với các bạn lớn tuổi hơn không. Một số trẻ có năng khiếu không thể hòa hợp và thích nghi được với những đứa trẻ lớn tuổi hơn mình.

Điều quan trọng là phải có người trong ban giám hiệu nhà trường biết và hiểu con bạn. Mặt khác bạn cũng cần trao đổi với các giáo viên mới của trường. Trong vài tháng đầu, có thể giáo viên sẽ cho rằng bạn thuộc loại cha mẹ thích khoe khoang con cái mình, tình trạng này kéo dài cho đến khi giáo viên tự mình đánh giá được năng lực của trẻ.

Làm thế nào để giúp trẻ có năng khiếu tiến bộ thêm ngoài giờ học ở trường?

Dù bạn có được sự ủng hộ của giáo viên và hiệu trưởng, bạn cũng phải tạo cho trẻ những cơ hội học hỏi ngoài giờ học ở trường. Sau đây là một số gợi ý:

- Đối thoại nghiêm túc với trẻ: trẻ có năng khiếu thường nói nhiều và thích khám phá. Trẻ dễ nản lòng khi bố mẹ không muốn trả lời những câu hỏi của chúng. Dành thời gian để trả lời nghiêm túc những câu hỏi của trẻ chứng tỏ bạn quan tâm đến nhu cầu tìm hiểu của nó.

- Chủ động giúp trẻ theo đuổi các sở thích: chẳng hạn một đứa trẻ ham học toán sẽ hứng thú giải toán và tìm hiểu về các danh nhân toán học.

- Giúp trẻ quen dần với các công cụ tìm hiểu sẵn có: hướng dẫn trẻ cách sử dụng thư viện và các thú tiêu khiển trên mạng, từ đó trẻ biết tự mình có thể tìm kiếm thông tin.

- Cho trẻ tham gia các lớp học ngoại khóa: các lớp học về thể dục thể thao hay âm nhạc sẽ giúp trẻ phát triển tri thức phong phú và toàn diện hơn.

- Đưa trẻ tham quan các viện bảo tàng dành cho trẻ em và viện bảo tàng khoa học: hoạt động này giúp trẻ có thêm kinh nghiệm về khoa học trực giác.

- Cung cấp cho trẻ các loại hình đồ chơi giúp phát triển óc sáng tạo: cho trẻ chơi với các mẫu hình trứng, hộp giấy cứng, các mẫu hình vuông, cuộn khăn giấy. Trẻ có năng khiếu thường rất sáng tạo.

- Khuyến khích trẻ kể chuyện: Trẻ có năng khiếu không ngừng tưởng tượng. Óc sáng tạo phi thường thể hiện qua việc xây dựng các cốt chuyện, vở kịch, hay đạo diễn phim tại nhà.

Làm gì khi con có năng khiếu?

Bạn vừa khám phá ra một điều thú vị rằng đứa con lên ba của mình thật sự có năng khiếu như bạn hằng mong đợi. Vậy nên làm gì? Đừng tưởng bạn phải ghi danh cho cháu vào học ở một trường năng khiếu nào đó. Bạn có thể giúp con mình rất nhiều nếu để chúng ở nhà và học ở một trường bình thường.

Khuyến khích con bạn khi ở nhà

Khi con bạn có nhiều triển vọng và cháu bé sắp đến tuổi đi học, bạn nên cho cháu những bài tập để thử thách và khuyến khích cháu.

- Nếu con bạn nói được một câu hoàn chỉnh, trả lời câu hỏi một cách đầy đủ, hãy trò chuyện với bé môt cách nghiêm túc, như nói chuyện với người lớn vậy. Trẻ con thông minh sẽ thất vọng nếu người lớn không trò chuyện với nó đúng mức.

- Cho con bạn tham gia những trò chơi dành cho những đứa trẻ lớn hơn. Những trò chơi bình thường của các bạn cùng lứa có thể làm cho cháu thấy nhàm chán.

- Khuyến khích con bạn đọc sách và đọc cho chúng nghe. Sách sẽ giúp trẻ rất nhiều trong việc khám phá thế giới xung quanh và suy nghĩ một cách sáng tạo hơn.

- Cho chúng tiếp xúc với những vật dụng nghệ thuật mang tính sáng tạo như bút viết bảng, phấn, sách in khổ lớn, đất sét và những miếng xếp hình để giúp chúng phát triển khả năng sáng tạo nghệ thuật.

- Ghi danh cho con mình học nhạc, vẽ hay học múa nhằm khuyến khích những năng khiếu bẩm sinh của chúng.

- Dẫn con bạn vào phòng làm việc hay phòng đọc sách trong nhà, giúp chúng làm quen với thư viện nhỏ để trẻ có thể bộc lộ khả năng tiếp nhận thông tin nhạy bén của mình.

- Mua cho cháu những đồ chơi có thể dạy chúng về chữ cái và số.

Làm thế nào để giúp trẻ hòa mình vào trường học?

Trường mẫu giáo là nơi có thể bổ sung và làm phong phú thêm các hoạt động ở nhà. Bạn phải trao đổi với giáo viên về con mình và có những yêu cầu đặc biệt để nó nhận được sự quan tâm tốt nhất. Nhiều cô nuôi dạy trẻ không chú ý lắm tới chuyện giúp trẻ con có năng khiếu phát triển khả năng của chúng. Vì vậy, bạn có thể yêu cầu giáo viên tạo một số điều kiện cho trẻ học hỏi như:

- Cho con bạn tự lựa chọn những quyển sách nó thích. Nếu được, hãy yêu cầu nó đọc cho các bạn cùng nghe.

- Khuyến khích, gợi ý chúng sử dụng các bộ đồ nghề bằng đồ chơi, những miếng bìa và các hộp cứng để tạo thành các vật thể khác nhau.

- Làm tăng niềm hứng thú và say mê toán học của trẻ bằng cách cho chúng một cuốn sách bài tập hay những bài toán đặc biệt về vẽ các hình trong toán hình học.

- Phát huy các sáng kiến của trẻ bằng cách cho chúng tự do sáng tạo nghệ thuật của riêng mình như vẽ tranh, cắt dán.

- Sắp xếp cho trẻ nhận làm những công việc đặc biệt nào đó như viết một quyển sách, chuẩn bị cho một buổi diễn múa rối, cùng tham gia chương trình văn nghệ... chẳng hạn.

Một đứa trẻ có khiếu nghĩa là gì?

Về mặt lý thuyết, trẻ em có tài học một mình ở lớp. Với sự đòi hỏi kiến thức mãnh liệt, chúng tiếp thu nhanh như bọt biển, làm cho cha mẹ hài lòng với những khả năng về tri thức. Ai cũng dễ dàng nhận ra rằng mấy năm đầu đi học trẻ có khiếu được tô điểm bằng kết quả học rất tốt. Trong lúc được tưởng thưởng rất nhiều, trẻ em có khiếu và gia đình chúng cũng phải đối đầu với những thách thức. Mặc dù trẻ có khiếu có khuynh hướng học tốt ở trường nhưng cũng gặp nhiều khó khăn trong lớp cũng như ngoài sân chơi. Là phụ huynh của một trẻ có khiếu, bạn phải biết cách cư xử và điều chỉnh con mình trong trường học và ngoài đời sau này. Hãy nhớ rằng - bạn là người ủng hộ nhiệt tình và mạnh mẽ nhất của con mình. Bằng cách đồng hành với những tình huống của con mình ở trường cũng như cuộc sống xã hội, cần phải điềm đạm can thiệp khi cần thiết, bạn có thể giúp và bảo đảm cho con mình những năm đầu đi học hạnh phúc, hữu ích và điều đó sẽ làm thỏa mãn tiềm năng lớn lao của nó.

Con bạn có khiếu không?

Theo Hiệp hội Quốc gia Phát hiện trẻ em tài năng của Mỹ (NAGC), trẻ có khiếu biểu hiện hoặc có tiềm năng đưa ra những thành tựu khác thường, ít nhất là trong một lĩnh vực nào đó như nghệ thuật, âm nhạc, ngôn ngữ và toán học. Thường thì trẻ có khiếu không những học dễ dàng hơn và hiểu sâu hơn những trẻ em cùng lứa tuổi, mà còn tiến bộ rất nhanh.

Ở Mỹ, khoảng 3 triệu trẻ em (khoảng 5% trẻ mẫu giáo) được xem là có ít nhất một tài năng lớn nào đó. Kết quả đó được công bố sau khi những em này đã qua kỳ sát hạch dựa trên những tiêu chuẩn phát hiện tài năng của chính phủ liên bang. Mặc dù một số trẻ có dấu hiệu có khiếu trước tuổi mẫu giáo - có khiếu về ngôn ngữ, biết đọc sớm hay có khả năng bất thường với các con số - nhưng nhiều trẻ lại không có dấu hiệu có khiếu mãi cho đến khi vào tiểu học.

Nếu bạn hoặc một giáo viên nào đó nghĩ rằng con mình có khiếu thì hãy mang bé đến một nhà tâm lý trẻ em, một chuyên gia chăm sóc sức khỏe tâm thần chuyên đưa ra những cuộc trắc nghiệm và đánh giá việc thực hiện đó, đánh giá khả năng của nó. Cách đây nhiều năm trẻ em có chỉ số 130 trở lên khi được trắc nghiệm IQ được xem là có khiếu; nhưng ngày nay, tiêu chuẩn này không ấn định là có khiếu hay không. Trẻ em phải trải qua hàng loạt các cuộc trắc nghiệm khi phụ huynh và thầy cô phát hiện được. Nhưng có cái mác "Có tài", "học giỏi" vẫn chưa phải là chiếc vé thành công ngay ở trường. "Chúng ta dán cho đứa trẻ cái mác có tài ở trường thực ra đó chỉ là một phương pháp để nhận dạng, là cách thông báo rằng đứa trẻ này đang cần một cái gì đó khác hơn", Peter Rosenstein, Giám đốc điều hành Hiệp hội Quốc gia Phát hiện trẻ em tài năng của Mỹ cho biết như vậy. Để phát hiện xem con mình có khiếu hay không,

hãy xem bài những dấu hiệu phát hiện tài năng ở trẻ em dưới 5 tuổi và những dấu hiệu phát hiện tài năng ở trẻ em trên 5 tuổi.

Nhà trường xử lý trường hợp trẻ em có khiếu như thế nào?

Ở những quốc gia phát triển, chính phủ có ngân sách riêng để nghiên cứu và giúp trẻ có khiếu phát triển.

Ta thường thấy những em có khiếu rất nỗ lực ở trường trong việc học. Thực tế cho thấy có nhiều em buồn chán nếu chương trình học quá dễ, đôi lúc chúng đi chệch hướng và xuống dốc, hoặc có thể trở nên thụ động. Thậm chí có một số em được người ta đánh giá là học sinh cá biệt vì tính hiếu động của chúng. Trẻ em có khiếu thường cảm thấy bị các bạn học xa lánh và có thể trở thành mục tiêu cho bạn bè cùng trang lứa chọc ghẹo. Chỉ những giáo viên giỏi mới nhận ra một em "học sinh cá biệt" nào đó có khả năng đặc biệt thật sự.

Làm gì để giúp trẻ có khiếu?

Nếu bạn phát hiện ra con mình có khiếu, hãy hẹn gặp nói chuyện với giáo viên của con mình, với một chuyên gia hay với chính Hiệu trưởng trường con bạn học. Nhưng trước khi gặp, bạn phải biết rõ các khả năng của con mình, tức là đã từng so sánh khả năng của cháu với những đứa bình thường khác. Nếu có dịp làm trắc nghiệm thì phải biết các cuộc trắc nghiệm cháu đã thực hiện và cách thực hiện các cuộc trắc nghiệm. Như vậy bạn mới có thể nói một cách chi tiết về những điểm mạnh, điểm yếu có liên quan. Có điều kiện thì rất nên tìm hiểu về những chương trình có sẵn cho con mình ở trường và ở ngoài, trong nước cũng như nước ngoài.

Dấu hiệu có khiếu của trẻ 5 –8 tuổi

Bạn có thể ngạc nhiên khi biết rằng một đứa trẻ có thể vừa có năng khiếu lại vừa rất chậm chạp. Nhiều thiên tài khi còn nhỏ còn bị coi là "hơi khù khờ". Tuy nhiên một số dấu hiệu sau đây cũng gợi ý cho bạn phần nào:

Có thể con của bạn có khiếu nếu cháu:

- Suy nghĩ trừu tượng. Nghĩa là cháu có khả năng nắm bắt những khái niệm ngôn ngữ học và toán học cao hơn và có khả năng bàn luận những vấn đề phức tạp như đạo đức học, luân lí và tôn giáo.

- Có tài đặc biệt như khả năng thực hiện các phép tính toán học trong đầu, hoặc hiểu được các khái niệm như toán nhân trước khi được dạy ở trường.

- Có khả năng tập trung cao độ vào một hoạt động nào đó với thời gian dài.

- Có vốn từ phong phú và hiểu được nhiều từ không đặc trưng dành cho những trẻ cùng tuổi.

- Là người lãnh đạo. Nghĩa là cháu thường tổ chức các hoạt động nhóm, bày trò chơi khi đi với các trẻ khác.

- Tin tưởng vào những ý kiến và các việc đã làm của mình.

- Thực hiện tốt các lĩnh vực học thuật.

- Có tính sáng tạo; nghĩa là, thích kể chuyện, vẽ hoặc soạn nhạc.

- Có óc khôi hài và nhanh trí.

- Thích tiêu khiển với những trẻ lớn hơn và người lớn.

- Thực hiện những công việc học thuật mà hai năm đầu của cấp học đòi hỏi.

- Nhạy cảm với tình cảm của người khác.

- Ghi nhớ các sự việc một cách dễ dàng và có thể nhớ lại và kể lại những sự việc đó vào những lúc thích hợp.

Kiểm tra năng khiếu của trẻ

Có lẽ bạn rất muốn biết liệu con bạn có năng khiếu thật sự hay không. Thế nhưng hầu hết trẻ em không cần kiểm tra năng khiếu trước khi bước vào bậc tiểu học.

Nếu con bạn đến tuổi đi học, hãy nói chuyện với giáo viên chủ nhiệm, nhờ chú ý đến em kỹ hơn. Nếu con bạn có những biểu hiện chán đi học hay có những vấn đề trong đời sống tình cảm và xã hội thì nên hỏi ý kiến một chuyên gia sức khỏe và tinh thần.

Nếu con bạn không được vào học ở trường hay trường học không như ý muốn của bạn, hãy hỏi các nhà tư vấn để được giới thiệu một nhà tâm lý học trẻ em, người có thể đưa ra những bài trắc nghiệm sự thông minh của trẻ. Việc trắc nghiệm cá nhân thường rất đắt (làm kiểm tra và việc thảo luận kết quả điều tra ở Mỹ có thể mất đến 1000 đô la). Ở TP. HCM, bạn có thể làm trắc nghiệm cho con mình tại Trung tâm tư vấn 43 Nguyễn Thông, quận 3, điện thoại (08) 932 5111. Giá mỗi lần trắc nghiệm là 75.000 đồng, phải đăng ký với Trung tâm trước ít nhất là 2 ngày.

Trẻ em khoảng 3 tuổi có thể được kiểm tra về khả năng và chỉ số thông minh, nhưng các chuyên gia tin rằng kết quả các đợt kiểm tra chỉ số thông minh thu được trước 5 tuổi thường không ổn định. Điều đó nghĩa là, nếu một đứa trẻ trước 5 tuổi được kiểm tra chỉ số thông minh lại thường xuyên, điểm của chúng có thể dao động, không ổn định. Nhiều năm trước, trẻ em có chỉ số thông minh trên 130 được xem như có tài (mức độ thông minh trung bình là 85 đến 115). Hiện nay, chỉ số thông minh là một trong nhiều yếu tố để đánh giá trước khi một đứa bé được công nhận là có năng khiếu. Các bậc phụ huynh và giáo viên thường được yêu cầu nói lên ấn tượng của họ

về đứa trẻ, và những ý kiến chủ quan này cũng được xem là quan trọng trong việc kiểm tra năng khiếu cho trẻ.

Khi năng khiếu có nhận thấy:

Bạn có thể ngạc nhiên khi biết rằng một đứa trẻ có thể vừa có năng khiếu lại vừa rất chậm chạp. Nhiều thiên tài khi còn nhỏ còn bị coi là "hơi khù khờ". Quan trọng là bạn giáo dục con mình như thế nào nữa!

Trên thế giới, ở một số dân tộc ít người còn duy trì những sinh hoạt văn hóa truyền thống và ở một số nước sử dụng tiếng Anh như một ngôn ngữ phụ, năng khiếu của trẻ em thường bị lãng quên. Nước ta cũng mới chỉ đi những bước đầu trên lĩnh vực này. Cho nên, nếu có phát hiện năng khiếu lạ nơi con bạn, tốt hơn hết là tìm một giáo viên gần gũi với em để quan sát và tìm ra những năng khiếu đặc biệt của trẻ mà qua những bài kiểm tra thông thường chúng không thể bộc lộ được. Nếu có điều kiện cũng nên tìm một nhà tâm lý học nhạy cảm với các vấn đề này.

Nhưng trên hết, bạn hãy luôn cho con mình cảm thấy nó được yêu thương!

Con bạn đến tuổi đi học chưa?

Khi nào chuẩn bị cho con vào mẫu giáo là vừa? Vẫn chưa có yếu tố quyết định nào ấn định rõ xem trẻ em đã bắt đầu chuẩn bị đi học hay chưa. Sau đây là cách để nhận biết xem con bạn đã đủ trưởng thành về mặt thể chất, xã hội, và nhận thức chưa.

Tuổi đi học là gì? Làm thế nào để biết con tôi đã đến tuổi đi học?

Nhà trường thường ấn định một "ngày giới hạn", thường vào Mồng Một tháng Chín hàng năm, để xem em nào có thể vào mẫu giáo. Con bạn phải được 5 tuổi trước ngày giới hạn .

Nhưng trong những năm gần đây, các nhà giáo dục mầm non đã bắt đầu tập trung chú ý vào sự phát triển thể chất, xã hội, và nhận thức hơn là tuổi của bé.

Thế nào là chuẩn bị vào mẫu giáo?

Chưa có yếu tố quyết định nào ấn định rõ xem trẻ em đã chuẩn bị đi mẫu giáo hay chưa. Thay vào đó, sự phát triển của trẻ em cần được đánh giá theo nhiều mặt. Khả năng suy luận, nói rõ ràng, và giao tiếp tốt với các bạn bè cũng như với người lớn rất quan trọng để quyết định thời điểm cho bé đi học đã đến hay chưa. Sự phát triển thể chất cũng cần phải được xem xét.

Trong thực tế, rất ít trẻ giỏi đều các lĩnh vực. Đa số những trẻ tiến bộ về trí tuệ lại có thể yếu kém về mặt tình cảm, trong khi đó những đứa trẻ sung mãn về mặt thể chất thì lại chậm hơn về việc phát triển ngôn ngữ.

Các nhà giáo dục trẻ em cho rằng phát triển não của trẻ là tiêu chuẩn đánh giá khá quan trọng xem trẻ đã đủ để vào mẫu giáo chưa.

Nói cách khác, con bạn có thể nhỏ tuổi, và thua sút những đứa trẻ khác về mặt thể chất và xã hội, nhưng nếu có kỹ năng ngôn ngữ, suy nghĩ và nhận thức thì con bạn có thể học tốt ở mẫu giáo.

Nên cho bé đi học chưa?

Nếu con bạn chưa tới tuổi mà đã đi học, hãy nói chuyện với giáo viên chủ nhiệm. Giáo viên rất nhạy bén về sự phát triển của trẻ và biết cách so sánh với những đứa trẻ khác cùng lớp.

Nếu con bạn chưa đến tuổi đi học, hoặc bạn cần quan tâm đến một ý kiến khác thì hãy hỏi bác sĩ nhi khoa. Bác sĩ biết rõ sự phát triển thể chất của con bạn và sẽ cho bạn những lời khuyên bổ ích.

Nên ghé thăm trường nơi bé chuẩn bị đi học, cũng có thể bạn sẽ chẳng thu thập được tin gì hay hơn nhưng nên để ý xem những đứa trẻ khác cư xử ra sao, chúng chơi với nhau thế nào, và chúng có những khả năng gì. Bạn có thể hình dung con bạn đang ngồi ở cái ghế nào đó và đang tham gia vào hoạt động nào đó.

Trắc nghiệm xem con bạn tới tuổi đi học chưa

Bạn hãy tập trung nhớ lại, nghĩ kỹ về con mình xem:

1. Con mình có nghe theo những lời chỉ bảo và có thực hiện đúng những lời chỉ bảo đó không? Trẻ em cần những kĩ năng này trong việc học ở lớp, xây dựng quan hệ với giáo viên và những bạn học cùng trường.

2. Nó có thể mặc quần áo và đi tắm một mình không? Trẻ em cần phải tự tin trước khi đi học.

3. Bé đã thuộc mặt chữ cái và biết đếm chưa? Các giáo viên mầm non nhận định rằng trẻ em ít nhất phải làm quen sơ sơ với mẫu tự và các con số mặc dù đây là yêu cầu của chương trình lớp một.

4. Nó biết cầm bút chì không? Biết sử dụng kéo không? Trẻ em cần những kĩ năng này để bắt đầu khi viết mẫu tự và làm quen với các môn học trong lớp.

5. Nó có thích sách vở không? Nó có hay đọc sách và kể lại câu chuyện đó dựa trên hình ảnh không? Đây là dấu hiệu ngôn ngữ phát triển và bước khởi đầu cho giai đoạn tập đọc.

6. Trẻ có tò mò và mau tiếp thu những cái mới không? Nếu tò mò mạnh hơn sợ hãi thì nó có thể học tốt ở trường.

7. Bé có hòa hợp với những đứa trẻ khác không? Nó có biết cách chia sẻ và đáp trả không? Cần phải cho trẻ em chơi đùa, học tập với những trẻ khác để có thể phát triển kĩ năng xã hội, một kỹ năng đặc biệt quan trọng đối với thành công của bé sau này.

8. Nó có thể cùng làm việc với các trẻ khác trong nhóm không? Khả năng đưa ra những nhu cầu, dàn xếp, và cùng nhất trí với những bạn khác như thế nào. Điều đó rất quan trọng với khả năng xúc cảm

Nếu bạn trả lời "Có" với hầu hết các câu hỏi thì con bạn chuẩn bị đi học được rồi đấy. Nếu không, con bạn phải chuẩn bị thêm một năm nữa hoặc phải học ở nhà trẻ, học ở các trường tư